

A pele no inverno

Com a chegada do frio, algumas mudanças podem ser percebidas na nossa pele, a umidade do ar fica menor e as temperaturas mais baixas levam à diminuição na transpiração corporal. Esses fatores fazem com que a pele fique mais seca. Além disso, nesta época, é comum tomar banhos mais quentes, que provocam uma remoção da oleosidade natural de forma mais intensa, diminuindo o manto lipídico que retém a umidade da pele. Por outro lado, aqueles que tem pele oleosa na face podem apresentar aumento da oleosidade e, até mesmo, uma piora da dermatite seborreica (aquela descamação localizada ao redor do nariz, nos supercílios, atrás das orelhas e no couro cabeludo) nesta época do ano.

Entretanto, a estação é ideal para determinados tipos de tratamentos estéticos, como peelings, que promovem a renovação celular, aumentando a elasticidade, clareando manchas, diminuindo a oleosidade, acne e cicatrizes, Sua pele fica com aspecto renovado, jovem e saudável.

Outro tratamento ótimo é a radiofrequência, é um dos equipamentos mais efetivos para rejuvenescimento, ele provoca o aquecimento da água presente na pele, fazendo com que o tecido se reorganize. O aparelho ainda estimula a remodelação do colágeno e contração da pele, o que provoca diminuição da flacidez e das rugas.

Em conjunto com todos esses tratamentos estéticos deve ser incluída uma alimentação saudável, com consumo de frutas, legumes e verduras que são ricos em antioxidantes, que protegem a pele contra as baixas temperaturas, produzindo as matérias-primas necessárias para o corpo criar sua própria camada natural de hidratação. Manter a ingestão de água também é extremamente importante para manter a hidratação da pele e de todo o organismo que naturalmente fica debilitado por causa do clima frio. Um corpo hidratado apresenta uma pele macia e elástica.

Kelli Anne Alegretti
Esteticista e Cosmetóloga
Atendimento Essência da Beleza