



HIGIENE DA PELE

Autores: OLIVEIRA, Thaís Lodi¹; ROMANO, Mariana Silva¹; SILVA, Thalita Lodi¹; FARIAS, Luciane Gomes²

¹ Discentes de Farmácia do Centro Universitário São Camilo, São Paulo, SP.

² Docente de Farmácia do Centro Universitário São Camilo, São Paulo, SP.

e-mail: thaís_lodi_@hotmail.com

Palavras-chave: HIGIENE DA PELE; COSMÉTICOS. PELE.

INTRODUÇÃO

Cada pessoa tem uma pele única, porém, há algumas características gerais, como o fato de que a pele tem sempre a mesma estrutura básica, formada por três camadas: epiderme, derme e hipoderme (MACEDO, 1998).

Ter uma boa pele é uma questão de saúde, ela faz ponte entre o corpo e o meio ambiente. Por isso, absorve fatores externos, como a luz ultravioleta e centenas de tóxicos de natureza química e orgânica, evitando que esses agressores atinjam o organismo. Além disso, muitos distúrbios orgânicos podem ser diagnosticados por meio de sinais presentes na pele (MACEDO, 1998).

A pele, além de ser o primeiro órgão de defesa de nosso corpo contra as adversidades do meio externo, possui papéis importantes, cujas complexidades e higidez contribuem para a manutenção da homeostase do organismo. Tais propriedades, no entanto, só são desempenhadas com excelência se o tecido tegumentar estiver em condições normais e plenas de funcionamento e cuidado (DRAELOS, 2005).

Para que a nossa pele esteja em um estado adequado de funcionamento, dois processos básicos agem em conjunto, a limpeza e a hidratação cutânea. A limpeza contribui para a remoção dos agentes externos, secreções cutâneas naturais e micro-organismos. A hidratação, por sua vez, tem o papel primordial de manter o conteúdo de água na epiderme e manter a barreira epidérmica em perfeito estado (BARATA, 2003).

A limpeza de pele é um procedimento que visa remover cravos, espinhas, células mortas e outras impurezas da pele, para deixá-la com um aspecto mais saudável e juvenil. O procedimento deve ser realizado por profissionais especializados e a maneira de realizá-la varia de acordo com o tipo de pele (normal, oleosa e seca) (DRAELOS, 2005).

OBJETIVO

Apresentar os componentes e princípios ativos utilizados para limpeza de pele diária bem como o que caracteriza este processo.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão da literatura, sendo desenvolvida sob uma metodologia teórica, tendo como base livros especializados na área, bem como o acesso a artigos publicados em periódicos indexados e disponibilizados em bases de dados como, por exemplo, SciELO, PubMed.

RESULTADO E DISCUSSÃO

Existem três etapas importantes no processo de limpeza de pele: Higienização, tonificação e hidratação.

Higienização: limpeza diária para remover células mortas, maquiagem, secreções sebáceas e impurezas. Neste processo a água é muito utilizada associada a sabões e detergentes que tem a





função de emulsificar os ácidos graxos da pele, de preferência os sabonetes líquidos e cremosos, elaborados com tensoativos suaves e de baixa irritação cutânea. São incorporados a formulação dos sabonetes produtos que conferem caráter emoliente.

Exemplos: Leites ou loções de limpeza; e géis de limpeza e soluções hidroalcoólicas.

Tonificação: utilizados após a limpeza da pele e antes da hidratação. Sua função é firmar a pele, reduzir o tamanho dos poros (ação adstringente), auxiliar a retirar eventuais resíduos dos leites ou loções de limpeza e, em geral, restabelecer o pH cutâneo. A quantidade de álcool presente nesses produtos decresce de acordo com o tipo de pele.

Exemplos: Calêndula; Sulfato de Zinco, Alantoína e Pantenol.

Hidratação: tem o objetivo de aumentar o conteúdo de água na pele, aumentar a suavidade da pele e diminuir sintomas de prurido, comichão e queimação. O fluxo de água da derme para a epiderme é completado pelo uso de umectantes. Finalmente, a pele deve aparentar suavidade com uso de emolientes que preenchem as fendas entre os corneócitos descamativos. Hidratante tem a função de aumentar ou manter o conteúdo de água na pele, mas também são os veículos mais eficientes para protetores solares e outros ativos.

Exemplos: Glicerina, Sorbitol e Propilenoglicol

O quadro abaixo (Quadro 1) apresenta os produtos cosméticos e os tipos de pele.

Quadro 1. Produtos cosméticos e tipos de pele.

ORDEM DE USO	PELE ACNÉICA	PELE OLEOSA	PELE NORMAL	PELE SECA
HIGIENIZAÇÃO	Sabonetes cremosos ou líquidos, loção de limpeza oil free.	Leite de limpeza ou loção com água de rosas ou gel de limpeza.	Leite de limpeza.	Leite de limpeza.
TONIFICAÇÃO	Loção tônica e antisséptica.	Loção tônica adstringente.	Loção tônica com pantenol.	Loção tônica com extrato de Aloe vera
HIDRATAÇÃO	Gel hidratante com fator natural de hidratação	Gel, cremes ou loções oil free com ácido hialurônico e colágeno.	Creme gel com esqualane.	Creme com óleo de abacate e germen de trigo
NUTRIÇÃO	Gel com timo, azuleno e lipossomas	Loção ou creme oil free com pentaglycan® e aminoácidos da seda	Creme com phytossoma® de Ginkgo biloba, vitamina E, óleo de macadâmia.	Creme ou loção com vitamina A, óleo de apricot e ceramidas.

Fonte: BEZERRA. Guia de produtos cosméticos





O equilíbrio entre a região celular proteica e intercelular lipídica é responsável por manter o balanço hídrico normal. Nos meios intracelulares e extracelulares existem também outros fatores como partículas químicas, orgânicas ou não, que auxiliam a formação de estruturas fundamentais para a manutenção da hidratação da pele.

Os mecanismos envolvidos na hidratação cutânea são divididos em: “fator de hidratação natural” (FHN), lipídeos intercelulares e bombas iônicas. Assim como os hidratantes que são classificados de acordo com o mecanismo de ação de seus componentes e podem ser: oclusivos, umectantes, emolientes e reparadores proteicos.

Os oclusivos são produtos ricos em componentes que retardam a evaporação e perda de água através da formação de um filme hidrofóbico na superfície da pele e no interstício entre os ceratinócitos superficiais.

Os umectantes são compostos por substâncias que retêm água na camada córnea, por atrai-la da derme (mecanismo que irá ocorrer de dentro para fora) ou em ambientes com umidade atmosférica maior que 70%, por atrai-la do ambiente (mecanismo que irá ocorrer de fora para dentro). Estes compostos, no entanto, devem estar associados a compostos oclusivos, pois, caso contrário, ao invés de promoverem a hidratação, podem desidratar a pele.

Emolientes são ricos em compostos capazes de preencher espaços intercorneocíticos e assim retêm água nesta camada. A hidratação é proporcionada pelo aumento da coesão entre as células.

E por fim, os reparadores proteicos possuem compostos proteicos em sua formulação (nunca isoladamente) que tem a função de reparar as estruturas proteicas dérmicas danificadas ou estimular a produção destas.

CONCLUSÃO

A higiene da pele é de suma importância não só no âmbito de beleza, mas como também no que se diz respeito à saúde.

O processo diário de limpeza de pele deve seguir os três passos citados, porém os produtos utilizados deverão variar de acordo com cada tipo de pele. Dessa forma, obtêm-se o resultado esperado.

Conhecimentos científicos sobre mecanismos envolvidos na manutenção fisiológica da pele, bem como daquelas que a desregulam são fundamentais para entendimento dos produtos que estão sendo utilizados no mercado e incentivar pesquisas para melhorias e inovações. Destaca-se também a importância da orientação profissional para o método tornar-se eficaz e saudável.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BEZERRA; Sandra Vasconcelos **Guia de produtos cosméticos**. Ed. 3, São Paulo, 2001. Editora: SENAC.

DRAELOS; Zoe Diana **Procedimentos em dermatologia cosmética: Cosmecêuticos**. Ed. 1. Rio de Janeiro 2005 Editora: ELSEVIER.

MACEDO; Otávio Robert **Segredos da boa pele: preservação e correção**. Ed. 1 São Paulo 1998. Editora: SENAC.

BARATA; Eduardo A. F. **A cosmetologia: Princípios Básicos**. Ed.1. São Paulo 2003. Editora: TECNOPRESS.

LEONARD; Gislaine Ricci **Cosmetologia aplicada**. Ed. 1. São Paulo 2004. Editora: MEDFARMA.

COSTA, Adilson. **Hidratação cutânea**: Revisão. 2014. Disponível em: <http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?fase=r003&id_materia=3999>. Acesso em: 15 abr. 2014.

Realização



CENTRO UNIVERSITÁRIO
SÃO CAMILO