

OS CUIDADOS COM A PELE, UNHAS E CABELOS DURANTE A GESTAÇÃO

Dra. Mirella Jacob



A gravidez exige cuidados especiais não só com o bebê, mas também com a mãe. As variações hormonais provocam uma série de mudanças e transformações no corpo da mulher, assim como na pele, unhas e cabelos.

Durante o período de gestação, nem sempre é possível utilizar os mesmos produtos ou seguir a mesma rotina de cuidados, já que muitas substâncias são contraindicadas nesta fase como, por exemplo, o ácido retinóico.

Os tratamentos faciais estéticos, dentre eles aplicação de toxina botulínica, peeling e laser, também devem ser suspensos, já que não existem estudos que demonstrem as consequências ao feto. Além disso, é necessário descontinuar o uso de qualquer medicamento oral até que se consulte um médico.

No período da gravidez as sardas e o melasma (manchas acastanhadas na face) podem se tornar mais evidentes. As manchas são causadas por uma associação de fatores como fototipo (tom da pele), hormônios e falta de proteção solar. A prevenção se dá através do uso regular e generoso de protetor solar, indicado por um dermatologista.

Os mamilos e as aréolas também podem escurecer, assim como axilas e virilhas. A pele ainda pode apresentar maior sensibilidade para o surgimento de acne e alergias. Já os cabelos ficam mais brilhantes e assim como as unhas, crescem mais rápido.

Outra constante queixa feminina é o aparecimento de estrias, em especial na região do abdômen, resultado do aumento de peso. A principal arma é a prevenção com o uso regular de óleos e hidratantes na região das mamas, barriga e quadril. Existem inúmeros produtos específicos para a prevenção de estrias durante a gravidez, mas às vezes elas são inevitáveis e aparecem no final da gestação. O tratamento só é permitido depois do parto e é mais eficaz quando as estrias ainda estiverem rosadas.



MEDICINA ORIENTAL

No pós-parto, as maiores queixas estão relacionadas à queda de cabelo, que se inicia poucos meses após o parto e pode persistir ao longo do período de aleitamento materno. Esse sintoma é bastante comum e muitas vezes cessa com a ingestão de polivitamínicos específicos.

O período de gestação é um momento único e muitas mudanças acontecem ao mesmo tempo. O mais importante é que todos os cuidados devem ser discutidos com seu médico, garantindo uma gravidez tranquila e feliz para a mãe e o bebê.

Dra. Mirella K. A. Alckmin Jacob atua na área de dermatologia clínica e estética. É formada pela Faculdade de Medicina de Santos, Pós Graduada em Dermatologia Clínica pela Associação Pele saudável e Pós Graduada em Dermatologia Estética Avançada pelo ISMD (Instituto Superior de Medicina). Faz parte da Sociedade Brasileira de Dermatologia Clínico Cirúrgica (SBDCC).