

CONTEXTO

Cliente: Clínica Helena Costa

Veículo: Revista Boa Forma

Data: Abril/2014

Colunas/Editoria: Beleza

Pág(s): 78-81



BOA FORMA

FLÁVIA ALESSANDRA
Ela tem 39 anos, uma filha de 14 e outra de 3. Dá para acreditar?

RESOLVA JÁ
4 problemas que roubam a beleza da sua pele

25 TRUQUES INCRÍVEIS DAS MAQUIADORAS TOP

10 MANDAMENTOS DE CAROL BUFFARA E GABRIELA PUGLIESI PARA TER O CORPO DOS SONHOS

DIETA FUNCIONAL ENXUGA 6cm NA BARRIGA E SECA 3kg

ALFARROBA Tudo sobre o novo "chocolate" das fit girls

CONGELAR OU DERRETER? AS NOVAS APOSTAS PARA ACABAR COM A GORDURA LOCALIZADA

A MUSA FITNESS BELLA FALCONI MOSTRA SEU TREINO POWER

29 acessórios show para fazer make e cabelo em casa

www.boaforma.com.br

PROBIÓTICOS: a aposta da ciência para controlar o peso

Abril

Cliente: Clínica Helena Costa

Veículo: Revista Boa Forma

Data: Abril/2014

Colunas/Editoria: Beleza

Pág(s): 78-81

beleza

o que está roubando a beleza da sua pele?

Vermelhidão,
manchas, poros
abertos e falta de
luminosidade são
problemas comuns,
mas que podem
levar embora o ar
fresh da sua pele.
Resolva já!

POR CAROL SALLES FOTO CHRIS PARENTE

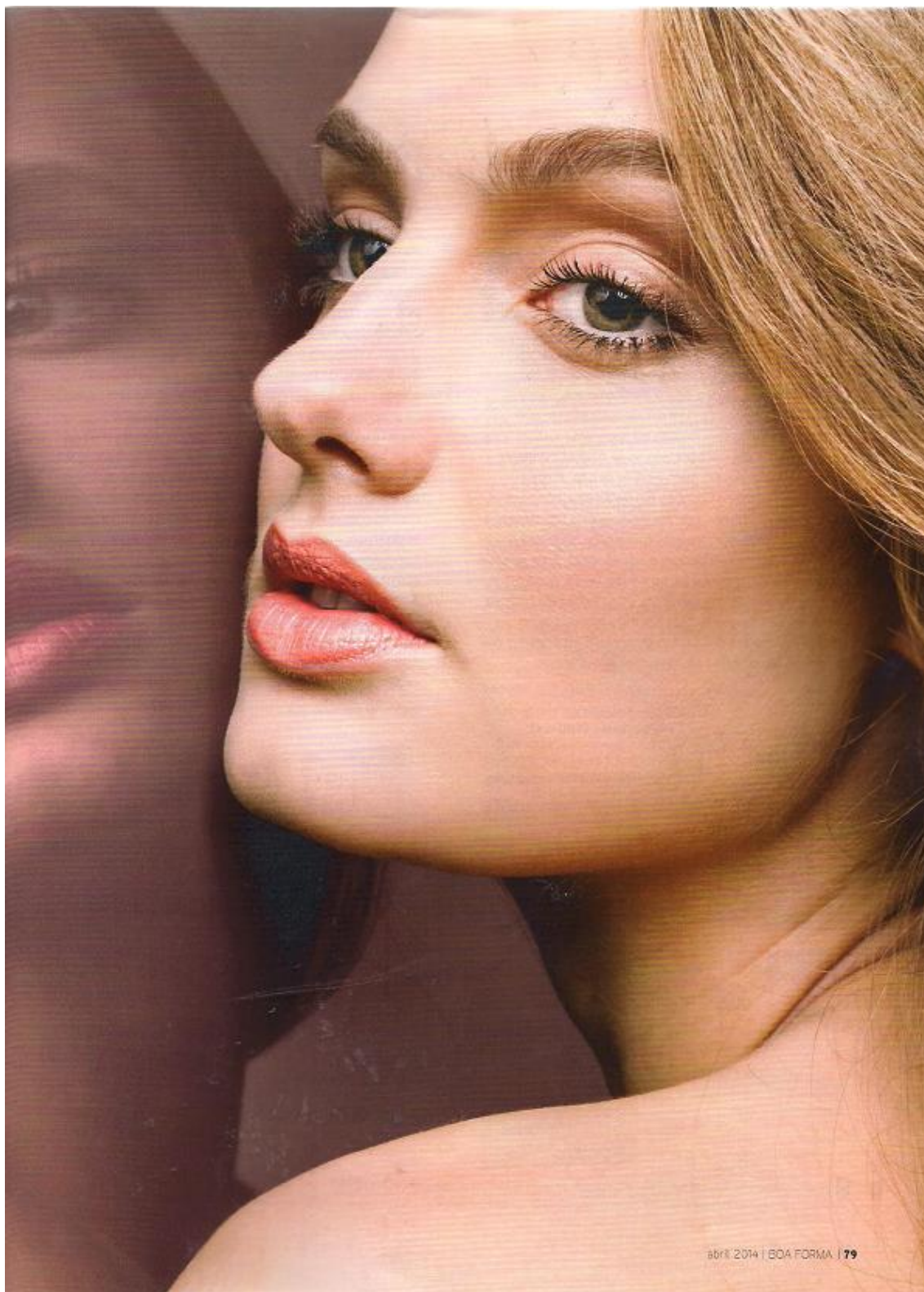
Cliente: Clínica Helena Costa

Veículo: Revista Boa Forma

Data: Abril/2014

Colunas/Editoria: Beleza

Pág(s): 78-81



Cliente: Clínica Helena Costa

Veículo: Revista Boa Forma

Data: Abril/2014

Colunas/Editoria: Beleza

Pág(s): 78-81

beleza

rosácea

Bochechas vermelhas nem sempre são sinal de timidez – pode ser rosácea, uma inflamação crônica que dilata os vasos sanguíneos e deixa o rosto avermelhado, com a sensação de ardência e calor. Também podem aparecer lesões inflamadas, similares às espinhas, e irritação nos olhos. "Atinge, na maioria das vezes, mulheres de pele muito clara", diz a dermatologista Daniela Lemes, do Rio de Janeiro. A causa tem origem genética e pode ser desencadeada por exposição ao sol, alimentos muito condimentados, bebidas alcoólicas, mudanças bruscas de temperatura e alguns medicamentos. Também tem ligação com o stress. "Um estudo realizado em 2011 nos Estados Unidos com mais de mil pacientes mostrou que quatro em cada cinco portadores de rosácea relataram o aumento das crises em momentos de tensão", conta a dermatologista Helena Costa, do Rio de Janeiro. Não há cura, mas controle com medicamentos de uso tópico (geralmente à base de chá verde, metronidazol, hamamélis, ácido azelaico ou corticoides) ou oral (antibióticos e isotretinoína). A luz pulsada e certos tipos de laser, usados para tratar vasos, ajudam. Em casa, prefira cosméticos calmantes, específicos para rosácea, e livres de óleo – eles são cada vez mais numerosos no portfólio das marcas de dermocosméticos. Evite produtos que contenham álcool, como adstringentes, e fragrâncias.



Rosaliac AR Intense, La Roche-Posay, 89,90 reais.
O produto, para ser usado antes do hidratante, contém amphotenol, ativo extraído de uma planta, que combate o rubor e a água termal, um conhecido calmante.



Redness Solutions Daily Relief Cream, Clinique, 249 reais.
Livre de óleo e muito suave, é um hidratante de uso diário que acalma a pele e alivia a vermelhidão.



Redness Remedy, Bare Minerals, 139 reais. Em pó, disfarça a vermelhidão e também melhora a textura da pele a longo prazo graças ao mix de ingredientes botânicos e minerais da fórmula.



Antirougeurs Fluido de Limpeza Facial Calmante, Avène, 66,90 reais. Faz parte de uma linha completa para quem tem rosácea. Limpa e remove a maquiagem suavemente. Tem pigmentos verdes, que neutralizam o avermelhado.

melasma

Alerta para quem chegou aos 25 anos – ou já passou dessa idade: é nessa fase que o melasma pode marcar o seu rosto. As manchas amarronzadas de formato irregular surgem, principalmente, nas maçãs do rosto, na testa, no nariz, acima do lábio superior e nas têmporas. Mulheres morenas ou de pele oliva correm mais risco. São dois os principais culpados pelo seu aparecimento: o sol e os hormônios femininos. Juntos, estimulam o aumento da pigmentação. É por isso que as manchas podem aparecer ou se agravar durante episódios em que a produção de hormônios aumenta, como na gravidez, quando se usa pílula anticoncepcional ou durante uma reposição hormonal. Apostar na prevenção é um bom caminho: jamais se exponha ao sol sem proteção – já se sabe que os filtros solares com cor são os melhores para quem tem melasma. Se a mancha já apareceu, existem cremes com ativos clareadores – como hidroquinona, ácido kójico, alfa-arbutin, vitamina C, nicotinamida e ácido tranexâmico. Os peelings potencializam a ação dos cosmecêuticos e trazem resultados mais rápidos. A novidade mais recente é o Spectra Laser Toning, um laser cujos disparos são ultrarrápidos e, por isso, altamente precisos. "Ele destrói a melanina, transformando-a em micropigmentos, que serão reabsorvidos pelo organismo", explica Edislene Viscardi, dermatologista de Blumenau (SC).



Heliocare Max Defense Gel Color, Melora, 80 reais. O protetor solar de FPS 50 esconde as imperfeições da pele como uma base e contém ativos antioxidantes, que evitam o envelhecimento precoce.



Vinoperfect Sérúm Éclat Anti-Taches, Caudalie, 299 reais. Com ativos antioxidantes extraídos das uvas, combate manchas e sinais de envelhecimento.



BB Aera Mousse, Vichy, 69,90 reais. Além de ter FPS 30, o protetor tem cor, ou seja, funciona como base, e textura aerada, levíssima e perfeita para o dia a dia.



Clarité Sérúm, Dermage, 109 reais. Com ácido tranexâmico, que, em associação com outros componentes, inibe a formação da enzima que sintetiza a melanina.

Dicas de beleza no seu celular! Envie mensagem de texto BOA FORMA para o número 80530

Assinatura SMS por Claro, TIM e Nextel (R\$ 0,31 + tributos por SMS) ou (R\$ 0,40) + tributos por SMS) e Vivo (R\$ 0,39 + tributos por SMS). Para cancelar envie SAIR para 80530.

Cliente: Clínica Helena Costa

Veículo: Revista Boa Forma

Data: Abril/2014

Colunas/Editoria: Beleza

Pág(s): 78-81

poros abertos

De repente, as prateleiras de farmácias e lojas de cosméticos foram inundadas por produtos com a promessa de fechar os poros. Claro que o problema sempre existiu. Mas nunca esteve tão em pauta, pois, na era dos produtos *high definition*, poros dilatados ficam evidentes e atrapalham o ideal de textura da pele. São duas as causas: o excesso de sebo nas peles oleosas e a perda da elasticidade nas envelhecidas. O primeiro passo para amenizar a aparência deles é uma boa limpeza de pele, feita com esteticista uma vez por mês. Em casa, faça a manutenção lavando o rosto duas vezes por dia com sabonete específico para o seu tipo de pele. Depois, aplique um hidratante livre de óleo, como o gel, o sérum e a loção. Cremes noturnos com o ácido salicílico ou o retinóico renovam a textura, uniformizando-a. Jamais durma sem remover a maquiagem, já que isso estimula a produção de sebo e, portanto, dos poros dilatados. Os produtos que prometem fechá-los agem de forma superficial e temporária. "Alguns são abrasivos, ou seja, causam uma leve descamação e podem contrair os poros parcialmente. Outros escondem opticamente o problema", diz o dermatologista Murilo Drummond, do Rio de Janeiro. Vale usá-los, sim, mas é necessário tratar a causa também.



Acne Control Sérum com Nanosferas de Ácido Salicílico, Valmar, 78 reais. As nanosferas liberam o ácido salicílico gradualmente, fazendo uma esfoliação muito suave.



Deep Clean Energizing Tônico 2 em 1, Neutrogena, 25,90 reais. Além do ácido salicílico, para limpar os poros, contém extrato de camomila e aloe vera, que acalmam a pele.



Pore Smoothing Corrector, Shiseido, 149 reais. Dá acabamento mate à pele, suavizando e aparando os poros dilatados e absorvendo o óleo em excesso. Use sozinho, sobre a pele limpa, ou como primer antes da base.



Oily Solution Redutor de Poros, Adcos, 93 reais. Ajuda a desobstruir os poros e, por conter sílica, absorve a oleosidade em excesso.

falta de luminosidade

Naqueles dias em que dormimos pouco, a pele denuncia o cansaço, perde o frescor e até parece que você envelheceu alguns anos em uma noite. A falta de sono não é, no entanto, a única culpada por roubar a luminosidade do rosto. O açúcar (inclusive o contido em alimentos industrializados) causa uma reação no organismo, a glicação, que envelhece a pele. "Cigarro, stress, excesso de álcool e exercícios físicos praticados de maneira exagerada são outros fatores que tiram o viço", diz a dermatologista Cláudia Magalhães, de Recife. É claro que a primeira medida é diminuir esses fatores em sua vida. A alimentação também pode ser uma aliada. Inclua no cardápio peixes, ovos e carnes magras, que ajudam a melhorar a estrutura da pele, garantindo maior sustentação. Quando comprar seu próximo creme, procure produtos com ativos que melhorem a qualidade do colágeno e deem mais firmeza, como retinol, vitaminas C e E, ácido hialurônico e aquaporinas. No consultório, a médica pode indicar tratamentos que renovem a pele, como o peeling de diamante (uma esfoliação mecânica) e os peelings químicos suaves, como os de ácido retinóico ou mandelic. "Também gosto do Fraxel, um laser fracionado de erbio, e da luz intensa pulsada, que estimulam a produção de colágeno e são menos agressivos", conta Cláudia.



Soro Rejuvenecedor Glow, Dr. Brandt para a Sephora, 367 reais. O retinol é o ativo responsável por ajudar na renovação celular e devolver o brilho natural da pele.



Genifique Creme, Lancôme, 409 reais. Promete reativar a atividade dos genes que produzem proteínas essenciais à juventude da pele.



Hydrating B5, SkinCeuticals, 167,90 reais. Com alta concentração de ácido hialurônico e vitamina B5, ajuda a manter a hidratação por mais tempo, devolvendo o viço e a densidade.



C-Supérieur, RoC, 135 reais. São dois produtos: um rico em vitamina C pura, ativo consagrado para melhorar a produção do colágeno e dar uma leve firmeza, e outro com vitamina E, um antioxidante. Usados em conjunto, tratam a opacidade da pele e os primeiros sinais de envelhecimento.

Fotos: divulgação. Preços pesquisados em março de 2014.