Métodos Aplicados à Estética Facial

Métodos Aplicados à Estética Facial

Lilian de Avila Lima Souza

© 2018 por Editora e Distribuidora Educacional S.A.
Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta publicação poderá ser reproduzida ou transmitida de qualquer modo ou por qualquer outro meio, eletrônico ou mecânico, incluindo fotocópia, gravação ou qualquer outro tipo de sistema de armazenamento e transmissão de informação, sem prévia autorização, por escrito, da Editora e Distribuidora Educacional S.A.

Presidente
Rodrigo Galindo

Vice-Presidente Acadêmico de Graduação
Mário Ghio Júnior

Conselho Acadêmico
Ana Lucia Jankovic Barduchi
Camila Cardoso Rotella
Danielly Nunes Andrade Noé
Grasiele Aparecida Lourenço
Isabel Cristina Chagas Barbin
Lidiane Cristina Vivaldini Olo
Thatiane Cristina dos Santos de Carvalho Ribeiro

Revisão Técnica
Simone Nunes Pinto

Editorial
Camila Cardoso Rotella (Diretora)
Lidiane Cristina Vivaldini Olo (Gerente)
Elmir Carvalho da Silva (Coordenador)
Letícia Bento Pieroni (Coordenadora)
Renata Jéssica Galdino (Coordenadora)

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Souza, Lilian de Avila Lima
S729m Métodos aplicados à estética facial / Lilian de Avila Lima Souza. – Londrina : Editora e Distribuidora Educacional S.A., 2018.
184 p.

ISBN 978-85-522-0567-8

1. Beleza física (Estética). 2. Face - Cuidado e higiene. I. Souza, Lilian de Avila Lima. II. Título.

CDD 646.72

Thamiris Mantovani CRB-8/9491

2018
Editora e Distribuidora Educacional S.A.
Avenida Paris, 675 – Parque Residencial João Piza
CEP: 86041-100 — Londrina — PR
e-mail: editora.educacional@kroton.com.br
Homepage: http://www.kroton.com.br/

Sumário

Unidade 1 | Fisiopatologias 7

Seção 1.1 - Fisiopatologias 9
Seção 1.2 - Classificação da pele, inspeção e palpação 22
Seção 1.3 - Avaliação facial e da pele 34

Unidade 2 | Limpeza de pele 49

Seção 2.1 - Pele e extrações 51
Seção 2.2 - Limpeza de pele e suas técnicas 63
Seção 2.3 - Esfoliação, abertura de poros – com práticas de extração e finalização 77

Unidade 3 | Higienização facial 91

Seção 3.1 - Higiene facial 93
Seção 3.2 - Cosmético e proteção 108
Seção 3.3 - Prática de higienização e esfoliação 122

Unidade 4 | Acne 137

Seção 4.1 - Etiopatogenia, tipologia e características clínicas da acne 139
Seção 4.2 - Graus e tratamento da acne 151
Seção 4.3 - Prático envolvendo o tratamento da acne 166

Palavras do autor

Olá aluno, bem-vindo aos estudos da disciplina Métodos Aplicados à Estética Facial! Essa disciplina aborda vários temas relevantes que todo profissional da área de estética deve dominar. Você aprenderá desde à fisiopatologia de lesões de pele até como intervir esteticamente melhorando a qualidade de vida de nosso cliente. O conhecimento adquirido neste estudo será de extrema importância para o seu crescimento e aperfeiçoamento profissional.

Este livro didático está dividido em quatro unidades. Na pUnidade 1 você aprenderá sobre as fisiopatologias de lesões (primárias e secundárias) que acometem a face; a avaliação dessas lesões e as classificações da pele. Na Unidade 2 você estudará sobre a limpeza de pele, desde como deve ser feita até alguns tipos de limpeza que devem ser realizadas; aprenderá também o passo a passo dessa técnica e sua importância para um bom resultado do protocolo escolhido. Na Unidade 3, abordaremos o tema da higienização facial, sua importância, influência nos protocolos e associação entre cosméticos utilizados para esse processo, e ainda, o que deve ser usado após esse procedimento. Por fim, abordaremos uma lesão muito comum, principalmente na adolescência, a acne; e você aprenderá sobre os diferentes graus de acne e como o profissional de estética pode atuar.

Agora, vamos nos preparar para adentrar um mundo fantástico: o mundo do conhecimento! Esta disciplina é muito importante para você que quer lidar com tratamentos faciais.

E lembre-se: o conhecimento é adquirido um pouco de cada vez, por isso, crie uma rotina de estudos e, então, mergulhe nesses conceitos e conhecimentos. Isso permitirá seu crescimento intelectual e profissional!

Fisiopatologias

Convite ao estudo

Sabemos que a beleza e o bem-estar têm se tornado um mercado promissor e em crescimento, uma vez que as pessoas têm buscado mais e melhores tratamentos para uma qualidade de vida melhor, uma pele mais saudável e uma melhor aparência. Todo esse interesse por parte dos nossos clientes nos leva a buscar conhecimentos e aprimorar as técnicas que utilizamos no nosso dia a dia.

Torna-se clara, portanto, a importância de realmente sabermos o que acontece com a pele quando apresenta algum tipo de lesão. Devemos nos preocupar em analisá-la e identificar as possíveis alterações que possam aparecer.

A seguir, há o relato de um caso hipotético que tem como objetivo aproximar os conteúdos teóricos apreendidos com a atividade prática. Vamos lá!

Ana Clara chega no seu espaço estético muito preocupada com sua filha Denise, uma adolescente de 15 anos de idade que gosta de estudar, ler e praticar atividade física. Tem uma rotina bem intensa dividindo seu tempo entre os estudos e as aulas de natação - Denise treina natação cinco vezes por semana durante 2 horas. Sua mãe começa a ficar preocupada, pois percebeu algumas lesões na pele de sua filha. Dentre essas lesões, relata o aparecimento mais frequente de espinhas e cravos, além de perceber que sua pele está mais ressecada. Denise está ansiosa, pois irá a algumas festas e acabará usando uma maquiagem oleosa para esconder essas lesões no seu rosto; além disso, ela tem cutucado a sua pele, causando algumas manchas, principalmente na região da testa. Ela sempre teve uma pele boa, sempre que tomava sol se bronzeava e raramente se

queimava; tem olhos castanhos, cabelo escuro, ondulado e não apresenta sardas, mas, sim, alguns vasinhos sanguíneos mais visíveis na região lateral do nariz. De acordo com o que está sendo relatado pense: Como você deve agir com a Ana Clara e com a Denise? Como você fará essa avaliação? O que é importante perguntar? Quais as possíveis disfunções da estética facial ela apresenta?

Em cada seção dessa unidade, você estará acompanhando e ajudando a Denise a entender melhor como deve cuidar de sua pele e o que ela pode ou não usar; além do mais, essas situações serão resolvidas a partir dos estudos propostos nas diferentes seções.

Será que um adolescente pode apresentar a mesma lesão de uma pessoa adulta ou até mesmo idosa? Será que os produtos que utilizo na mulher também pode ser utilizada no homem? Será que existem lesões específicas para cada faixa etária?

Nesta unidade, você aprenderá sobre a utilização de parâmetros visuais e como esses podem ser efetivos na avaliação de algumas fisiopatologias comuns na pele; você será capaz de entender as diferenças entre ceratose facial, milium facial, siringoma, xantelasma e hiperplasia sebácea; entenderá o que são comedões abertos e fechados, pápulas, pústulas e foliculite facial e, finalmente, identificará o melasma, efélides, lentigo senil, acromias, hipocromias, lecodermia puntacta, telangiectasia facial e rosácea.

Devemos lembrar que estamos sempre aprendendo, estudando e nos dedicando para levar o que há de melhor para os nossos clientes.

Então, mãos à obra e vamos estudar!

Seção 1.1

Fisiopatologias

Diálogo aberto

Olá aluno. Seja bem-vindo à Seção 1.1 deste nosso livro didático. Nesta unidade, estudaremos as fisiopatologias da pele! veremos sobre a utilização de visuais e como esses parâmetros podem ser efetivos na avaliação de algumas fisiopatologias comuns. Você será capaz de entender as diferenças entre ceratose facial, milium facial, seringoma, xantelasma e hiperplasia sebácea; entenderá o que são comedões abertos e fechados, pápulas, pústulas e foliculite facial; e, finalmente, identificará o melasma, as efélides, o lentigo senil, as acromias, hipocromias, a lecodermia pontoata, a telangiectasia facial e a rosácea.

Para ficar mais fácil a compreensão, vamos retomar a situação apresentada no *Convite ao estudo*: Ana Clara chega no seu espaço estético muito preocupada com sua filha Denise, uma adolescente de 15 anos de idade que gosta de estudar, ler e praticar atividade física. Tem uma rotina bem intensa dividindo seu tempo entre os estudos e as aulas de natação - Denise treina natação cinco vezes por semana durante 2 horas. A adolescente está acompanhada da mãe e relata que tem percebido maior aparecimento de cravos e espinhas em seu rosto – o que a tem deixado bem chateada; faz de tudo para esconder essas lesões e percebe que mesmo com cravos e espinhas algumas regiões estão ressecadas. E agora, como você deve prosseguir na avaliação dessa pele? Como você poderá avaliar as disfunções que ela relatou (no caso as espinhas, cravos e ressecamento)? Quais parâmetros de avaliação devem ser observados e como ela deve ser feita?

Para que você consiga responder todas essas questões, estude com atenção a seção *Não pode faltar*. Vamos lá, bons estudos!

Não pode faltar

Para entender as fisiopatologias existentes na pele, é preciso compreender o que é patologia. Patologia é uma disciplina que estuda as alterações funcionais e estruturais que se manifestam como doenças que atingem as células, os tecidos e os órgãos de um ser vivo. Todo o profissional da área da Saúde deve estudar patologia, pois, dessa maneira, poderá identificar os sinais e sintomas que o seu cliente pode apresentar e indicar a procura por um profissional específico da área. Por exemplo, se o seu cliente chega apresentando uma coceira na pele e você observa que a região está vermelha, irritada, com sinais de inflamação, você deverá orientá-lo a procurar um médico dermatologista para que ele possa ajudá-lo a identificar as causas dessa lesão, dar o diagnóstico e determinar o melhor tratamento para o cliente.

Assim, começamos a entender a importância da nossa avaliação. Quando nosso cliente chega e olhamos para sua pele, conseguimos identificar possíveis alterações; uma avaliação facial é de extrema relevância para o atendimento do nosso cliente, a fim de garantirmos um melhor resultado, pois é por meio disso que identificaremos as lesões, quais tipos de lesões e como poderemos intervir com os procedimentos estéticos.

Reflita

Você sabia que a maioria das clínicas de estética, simplesmente não fazem nenhum tipo de avaliação? E que se esses profissionais realizassem algumas questões para ter maiores informações sobre a rotina de seus clientes não teríamos tantos problemas como abandono de tratamento, reações adversas a produtos utilizados, alergias, dentre outros?

Para diferenciar os diversos tipos de lesões na pele, utilizamos de parâmetros visuais, como a lupa e a lâmpada de Wood; fazemos o exame de temperatura, avaliamos o tônus e a espessura do tecido cutâneo. Vamos entender a importância e alguns conceitos.

Lupa

Podemos entender que a lupa é um instrumento óptico, que tem como finalidade ampliar imagens ou objetos. Na estética, quando usamos a lupa, desejamos aumentar a capacidade de visualização e observar com mais cuidado qualquer alteração na pele do nosso cliente.

A lupa é um equipamento importante para a avaliação estética, pois permite a avaliação, a análise, e a identificação de possíveis alterações na pele com maior eficiência; logo, o tratamento também será mais eficaz.

Hoje em dia, existem diversas lupas, inclusive portáteis para realização de tratamentos em domicílio. Algumas delas vêm com lâmpadas de ultravioleta (UV), garantindo uma visualização mais profunda da pele.

Lâmpada de Wood

A lâmpada de Wood é uma lâmpada de vapor de mercúrio e coberta por um filtro escuro que contém óxido de níquel. Quando a lâmpada é acesa, esse filtro absorve todas as radiações luminosas, permitindo que apenas as radiações UV passem colorindo de maneira diferente essa pele.

Essa lâmpada tem sido bastante utilizada na área da estética para auxiliar a identificação das diferentes lesões, principalmente as manchas.

Para que seja utilizada de forma eficiente, alguns cuidados devem ser tomados: a pele do nosso cliente deve estar sempre limpa para que possamos identificar as alterações; a lâmpada deve estar distante da pele (de 20 a 25 cm) e não devemos deixá-la muito tempo em apenas uma região, para que não haja queimaduras ou outras complicações; por fim, durante a aplicação, devemos cobrir os olhos de nosso cliente com algodão, protegendo toda essa área.

No mercado, existem vários tipos de lâmpadas, inclusive portáteis; por isso, é sempre bom ler o manual com as instruções para o uso daquele tipo de equipamento.

Figura 1.1 | Avaliação da pele com lâmpada de Wood

Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/a-cosmetologista-usa-a-l%C3%A2mpada-de-wood-para-o-diagn%C3%B3stico-detalhado-da-condi%C3%A7%C3%A3o-da-pele-gm914018612-251584990>. Acesso em: 18 out. 2018.

Assimile

Pudemos perceber a importância de utilizarmos uma lupa e uma lâmpada de Wood numa avaliação como parâmetro visual; no entanto, embora sejam instrumentos que nos auxiliem nessa tarefa, é preciso observarmos:

Temperatura da pele: se há alteração em toda a face, lugares mais quentes tendem a ser indicativo de inflamação.

Tônus da pele: se a pele é mais flácida ou tônica.

Espessura da pele: diferentes espessuras podem indicar uma pele com diferentes graus de hidratação.

Com esses instrumentos, conseguiremos identificar possíveis alterações na pele do nosso cliente, e elas podem ser classificadas em fisiopatologias primárias, secundárias e terciárias da pele.

Como **Fisiopatologias primárias** da pele temos: ceratose facial, milium facial, seringoma xantelasma e hiperplasia sebácea.

Ceratose facial

A ceratose também pode ser conhecida como queratose. Refere-se a lesões caracterizadas por manchas que podem variar conforme a cor, desde amarelas até marrons. Essas lesões geralmente aparecem em regiões que ficam mais expostas ao sol, como a face, o couro cabeludo e as mãos; podem ser mais lisas ou em formato de escamas, apresentando, em alguns casos, até descamação.

Figura 1.2 | Ceratose facial

Fonte: <http://www.istockphoto.com/br/foto/chryotherapy-costumava-removidos-de-um-lugar-com-idade-gm693843964-128167377>. Acesso em: 12 ago. 2017.

Milium facial

O milium é considerado um pequeno cisto superficial, de caraterística epidérmica e que possui queratina em seu interior. Essas lesões podem ser amarelas ou brancas e seu tamanho pode variar. Geralmente, aparece na face, nas regiões ao redor dos olhos.

Figura 1.3 | Milium facial

Fonte: <http://www.istockphoto.com/br/foto/m%C3%ADlia-pimples-ao-redor-dos-olhos-na-pele-gm519167976-90400123>. Acesso em: 12 ago. 2017.

Exemplificando

O Milium é um tipo de lesão que pode ser classificado em dois tipos:

Milium Primário: acomete recém-nascidos.. São aquelas bolinhas que muitas vezes observamos na face dos bebês. Essas lesões tendem a sumir após alguns dias.

Milium Secundário: pode aparecer em qualquer parte do corpo. Esta relacionados à lesões da pele e, também, à tendência genética.

Siringoma

Esse tipo de lesão afeta principalmente as mulheres; seu aparecimento está muito relacionado à tendência genética e é considerada um tumor benigno que afeta as glândulas sudoríparas.

Xantelasma

Essa lesão é plana, amarelada e pode ter uma consistência mais dura em relação à pele ao redor. Esta, geralmente, situada nas pálpebras e caracterizada por ser um depósito de gordura.

Figura 1.4 | Xantelasma facial

Fonte: <https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/2/25/Xanthelasma.jpg>. Acesso em: 12 set. 2017.

Hiperplasia Sebácea

A hiperplasia sebácea é uma alteração muito comum. É caracterizada pelo aumento das glândulas sebáceas; normalmente aparece mais em pessoas com pele branca e oleosa; é uma alteração benigna, mas, dependendo da quantidade de lesões, torna-se um problema estético para nosso cliente.

Como fisiopatologias secundárias, temos os comedões abertos e fechados, pápulas, pústulas e a foliculite facial.

Comedões

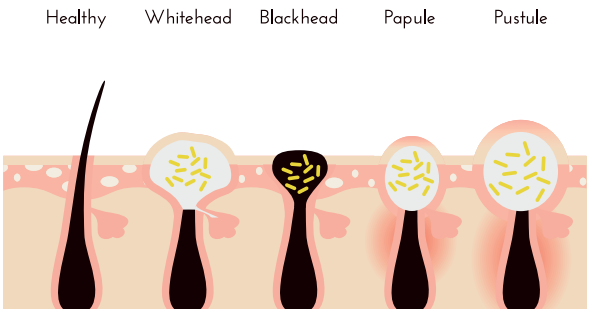
Os comedões são popularmente conhecidos como cravos. Eles aparecem devido a uma obstrução do folículo piloso. Essa obstrução pode ser causada por tampões que tem excesso de sebo, por tampões que tem excesso de queratinização, ou pelos dois fatores juntos.

Os comedões abertos são aqueles cravos pretos. Eles são assim,

pois o folículo piloso que foi acometido tem uma abertura mais larga que o normal, então, esse tampão se oxida na presença do ar e, por isso, ficam escuros. Além disso, esse conteúdo do comedão tende a ficar mais ressecado e duro.

Já os comedões fechados, também conhecidos como cravos brancos, possuem a mesma composição dos comedões abertos, no entanto, a abertura do folículo é bem pequena, e o conteúdo do tampão não entra em contato com o ar.

Figura 1.5 | Pelo saudável, comedão fechado, comedão aberto, pápula e pústula



Fonte: <http://www.istockphoto.com/br/vetor/problemas-de-pele-tipos-de-espinhas-de-acne-tratamentos-faciais-e-ilustra%C3%A7%C3%A3o-vetorial-gm806757522-130794913>.Acesso em: 12 set. 2017.

Pápulas

As pápulas são um tipo de lesão que aparece quando há uma irritação na pele. É sólida e bem pequena, com menos de 1 centímetro de diâmetro. A coloração dessa lesão pode ser vermelha, rosa, amarelada ou castanha. Em alguns casos podem se agrupar e causar erupções cutâneas, piorando o quadro da lesão.

Pústulas

As pústulas são pequenas lesões causadas pela inflamação no fóliculo pilo sebáceo. São as conhecidas espinhas. Dentro delas, existe um líquido purulento: o pus, e quando se rompem, podem liberar pus e sangue.

Muitas vezes, as pessoas que possuem essas pústulas apresentam a pele mais oleosa.

Reflita

Você sabia que muitas mulheres apresentam lesões de pústulas no período menstrual? Esse fato está diretamente relacionado às alterações hormonais.

Foliculite facial

Essa lesão se inicia nos folículos pilosos. A foliculite acontece no folículo do pelo, ou seja, na raiz do pelo, exatamente o local onde começa a inflamação.

A inflamação geralmente é causada por bactérias, mas, em alguns casos, pode ser causada por fungos ou até por vírus. Em casos mais específicos não há infecção, e o pelo acaba causando o próprio processo inflamatório.

Geralmente, a foliculite começa com uma coceira na região afetada. Quando essa foliculite é mais profunda, pode, algumas vezes, causar nódulos e lesões com pus.

Como fisiopatologias terciárias, vamos estudar e conhecer: melasma, efélides, lentigo senil, acromias, hipocromias, leucodermia puntuata ou pontuada, telangiectasia e rosácea.

As manchas na pele podem surgir em diversas regiões do corpo, mas, as que acabam gerando maior desconforto em nossos clientes são as manchas no rosto.

As hipercromias terão origem congênita ou, então, serão adquiridas. Dentre elas, podemos destacar:

- Melasma: são as manchas que podem variar de castanho-claro até tons bem escuros. Seu aparecimento pode ser após lesões, depilações e alterações hormonais.

- Efélides: são as sardas. São manchas bem pequenas que variam de acordo com a tonalidade da pele.

- Lentigo: são as pintas. Podem ter vários tamanhos e formas; geralmente, se há alguma alteração nessas pintas, por exemplo: se cresceram, mudaram a coloração, ficaram inchadas etc., deve-se procurar um médico dermatologista para que ele possa avaliar se há

algum problema associado.

• Lentigo senil: são pintas que aparecem após os 40 anos de idade. Geralmente está associado a exposição solar.

• Acromia: são manchas brancas que aparecem devido à ausência total de melanina.

• Hipocromia: são manchas com um tom mais claro do que a pele devido à diminuição da melanina.

• Leucodermia puntacta: são popularmente chamadas de sardas brancas, pois são pequenos pontos brancos que aparecem na pele. Esse tipo de mancha está relacionado à exposição solar de maneira incorreta e por tempo prolongado, lesando, dessa maneira, algumas células.

Assimile

Lembre-se que a melanina é um pigmento produzido pelo nosso corpo que tem como função dar a cor da pele; é fotoprotetora; neutraliza os radicais livres e tem função termorreguladora, já que transforma as radiações em calor.

Telangiectasia

A telangiectasia é uma dilatação vascular de um capilar arterial ou venoso que possui um diâmetro inferior a 2 mm. É uma lesão linear e superficial, e quando a observamos na face do cliente, devemos ter em mente que essa pele é uma pele sensível, que exige mais cuidados.

Rosácea

É uma doença que, na maioria dos casos, manifesta-se na face, apresentando alteração vascular e reações inflamatórias no local. Essa doença pode ser causada por vários fatores que se associam à tendência genética. Esses fatores são: muita exposição solar, alterações emocionais, mudanças abruptas de temperatura climática, uso de bebidas alcoólicas, uso de drogas, dentre outros. Acomete mais em mulheres de pelee olhos claros.

A rosácea apresenta cinco sinais principais:

• Eritema (vermelhidão) constante.

- Telangiectasias.
- Pápulas (quando estiver inflamada).
- Edema (em casos de inflamação).
- Pústulas (quando estiver inflamada).

Pesquise mais

Para entender melhor sobre a pele, suas funções e a ação da melanina, leia o capítulo 15: Discromias - página 360 à 370 do livro: *Recursos técnicos e estética*, volume 1. Autora, Denise Ribeiro.

Sem medo de errar

Muito bem, agora é a hora de integrarmos esses conceitos que acabamos de aprender com a situação hipotética apresentada no diálogo aberto. Vamos relembrar?

Ana Clara chega no seu espaço estético muito preocupada com sua filha Denise, uma adolescente de 15 anos de idade que gosta de estudar, ler e praticar atividade física. Tem uma rotina bem intensa dividindo seu tempo entre os estudos e as aulas de natação - Denise treina natação cinco vezes por semana durante 2 horas. A adolescente está acompanhada da mãe e relata que tem percebido maior aparecimento de cravos e espinhas no seu rosto. Isso tem a deixado bem chateada; faz de tudo para esconder essas lesões e percebe que, mesmo com cravos e espinhas, algumas regiões estão ressecadas. E agora, como você deve prosseguir na avaliação dessa pele? Como você poderá avaliar as disfunções que ela relatou (no caso: as espinhas, cravos e ressecamento)? Quais parâmetros de avaliação devem ser observados e como ela deve ser feita?

Como vimos no decorrer dessa seção, precisamos avaliar essa pele desde o momento de sua chegada, observando a maquiagem que ela está usando para, posteriormente, higienizar a sua pele e realizar a palpação.

É preciso verificar a temperatura do seu rosto, pois se existem regiões mais quentes - indicativo de inflamação; a espessura de sua pele e as lesões que ela apresenta: comedões abertos (pontos

negros) ou fechados (pontos brancos).

Para verificar o ressecamento da pele, você deve observar se, após a higienização, essa pele apresenta brilho ou se fica opaca, se apresenta descamações e como é a sensação do toque.

Avançando na prática

Alteração de pigmentação da pele

Descrição da situação-problema

Dona Mariza, 67 anos, procurou tratamento estético na clínica em que você trabalha por estar incomodada com as manchas escuras nas mãos, na região de colo e pescoço, e tem percebido o aparecimento recente de manchinhas claras na face. Durante a avaliação, relatou que passou grande parte de sua vida vendendo cachorro quente numa praça; dessa maneira, ficou exposta a muitas alterações climáticas. Preocupada, perguntou sobre o porquê do aparecimento dessas manchas e o que deve fazer para evitar que apareçam mais. Considerando que sua rotina é cuidar da casa, de dois netos e, no período da tarde, ainda fazer caminhada (cerca de 5 quilômetros por dia), qual seria a explicação que você daria para a Dona Mariza e quais cuidados imediatos ela deveria adotar?

Resolução da situação-problema

Muito bem, antes de qualquer resposta, você deve higienizar a pele da Dona Mariza, colocar a lâmpada de Wood, e avaliar as manchas e explicar que são causadas pela exposição solar exagerada e de forma incorreta. Para que essas manchas não piorem, a Dona Mariza deve realizar o uso de um protetor diariamente e evitar a exposição exagerada ao sol. Oriente-a que ao caminhar, faz-se necessário o uso de um chapéu e que o protetor solar é indispensável. Importante: o uso do protetor não deve ser feito apenas em dias de sol, pois há raios ultravioletas em dias nublados também. É interessante que ela procure um dermatologista para orientá-la quanto ao aparecimento recente dessas manchas mais claras na face.

Faça valer a pena

1. Atualmente, tem crescido muito no mercado da estética e cosmética produtos que visam o clareamento da pele, visto que as manchas escuras têm sido queixa constante de mulheres que procuram tratamentos faciais. Como desordens pigmentares, temos as hipercromias e as hipocromias.

Assinale a alternativa que corresponde a uma hipercromia:

a) Melasma.
b) Telangiectasia.
c) Acromia.
d) Rosácea.
e) Xantelasma.

2. A _____ é uma doença que na maioria dos casos manifesta-se na face, apresentando _____ e reações inflamatórias no local. Essa doença pode ser causada por vários fatores que se associam à tendência genética. Esses fatores são: muita exposição solar, alterações emocionais, mudanças abruptas de temperatura climática, uso de bebidas alcoólicas, uso de drogas, dentre outros. Acomete mais _____ de pele e olhos claros.

Assinale a alternativa que completa corretamente as lacunas no texto anterior:

a) Rosácea – alteração linfática – mulheres.
b)Telangiectasia – alteração nervosa – mulheres.
c) Rosácea – alteração vascular – mulheres.
d) Efélides – alteração vascular – homens.
e) Rosácea – alteração sensitiva – homens.

3. A lâmpada de Wood é uma lâmpada de vapor de mercúrio, coberta por um filtro escuro que contém óxido de níquel. Quando a lâmpada é acesa, esse filtro absorve todas as radiações luminosas e isso permite que apenas as radiações UV passem colorindo de maneira diferente essa pele. Essa lâmpada tem sido bastante utilizada na área da estética para auxiliar a identificação das diferentes lesões, principalmente as manchas.
Para que seja utilizada de forma eficiente alguns cuidados devem ser tomados. Dentre esses cuidados destacam-se:
I - A pele da cliente deve estar limpa para que possamos identificar as alterações.
II - A lâmpada deve estar distante da pele (de 20 a 25 cm).
III – Com a distância correta não há problema demorar a aplicação da lâmpada de Wood.

IV - Durante a aplicação, devemos cobrir os olhos de nosso cliente com algodão protegendo toda a área.

É correto apenas o que se afirma em:

a) Apenas as afirmativas II e III.
b) Apenas a afirmativa IV.
c) Apenas as afirmativas I, III e IV.
d) Apenas as afirmativas I, II e IV.
e) Afirmativas I, II III e IV.

Seção 1.2

Classificação da pele, inspeção e palpação

Diálogo aberto

Olá aluno, seja bem-vindo à Seção 1.2 deste nosso livro didático! Nesta seção estudaremos sobre a classificação da pele, inspeção e palpação. Você aprenderá sobre a classificação da pele tipo: mista, seca, oleosa ou normal; além de entender a classificação da pele segundo Fitzpatrick. Será capaz de detectar diferentes disfunções da pele, assim como conseguirá classificá-la quanto a hidratação cutânea, observar a integridade do tecido cutâneo em relação às discromias e outras lesões cutâneas.

Para ficar mais fácil a compreensão, vamos retomar a situação apresentada no *Convite ao estudo*. Ana Clara chega no seu espaço estético muito preocupada com sua filha Denise, que é uma adolescente de 15 anos de idade, gosta de estudar, ler e praticar atividade física. Tem uma rotina bem intensa dividindo seu tempo entre os estudos e as aulas de natação - Denise treina natação cinco vezes por semana durante 2 horas. Sua mãe começa a ficar preocupada, pois percebeu algumas lesões na pele de sua filha. Dentre essas lesões, ela relata o aparecimento mais frequente de espinhas e cravos, além de perceber que sua pele está mais ressecada. Denise está ansiosa, pois irá a algumas festas e acabará usando uma maquiagem oleosa para esconder essas lesões no seu rosto.

Além disso, ela tem cutucado a sua pele, causando algumas manchas, principalmente na região da testa. Denise sempre teve uma pele boa, sempre que tomava sol se bronzeava e raramente se queimava; tem a pele clara, olhos castanhos, cabelo escuro, ondulado e não apresenta sardas, mas, sim, alguns vasinhos sanguíneos mais visíveis na região lateral do nariz.

A Denise acha que a pele dela é oleosa, mas ao mesmo tempo

seca. Como você pode identificar se a pele é seca, oleosa ou mista e classificá-la? Como é sua pele de acordo com Fitzpatrick? Quanto as manchas, como você irá identificá-las?

Não pode faltar

É de extrema importância que você tenha em mente que, antes de realizar qualquer procedimento facial em seu cliente, você deve observar as características de sua pele, pois, por meio desse tipo de análise, você consegue definir o seu biótipo cutâneo, e ter essa informação bem definida é o primeiro passo para um tratamento de sucesso.

Para tal definição, utilizamos o exame visual, que consiste na observação da pele do nosso cliente; a palpação tátil, em que iremos sentir a textura dessa pele e, para complementar, a utilização da lupa, para visualizarmos melhor alguns tipos de lesões.

Antes de começarmos, precisamos higienizar bem toda a região da face, pescoço e colo. Lembrando sempre que, se nosso cliente está com maquiagem, devemos primeiramente retirá-la e depois continuarmos com a higienização, que pode ser por meio de vários veículos, por exemplo: emulsões cremosas, sabonetes líquidos, sabonete em gel, dentre outros.

A classificação de biótipos cutâneos mais utilizada, diferencia-se entre: peles eudérmica, alípica, lipídica e mista.

Pele eudérmica – também denominada: pele normal. É caracterizada por apresentar normalidade na secreção sudorípara e sebácea. A coloração desse tipo de pele é uniforme, apresenta textura normal, boa elasticidade e boa hidratação.

Pele Alípica – também chamada de pele seca. Esse tipo de pele é caracterizada por ser mais fina, opaca e com uma secreção sebácea insuficiente. Muitas vezes, apresenta sensibilidade a cosméticos com característica abrasiva, como os ácidos, e também apresenta linhas de expressão, conhecidas por rugas. Essa pele pode apresentar-se desidratada. Quando isso ocorre, classificamos como pele alípica desidratada e a diferenciamos da pele alípica, pois, na desidratada,

a textura é mais áspera, podem surgir descamações, e as rugas são mais evidenciadas.

Pele lipídica – essa pele é conhecida como oleosa e é caracterizada por apresentar hiperatividade das glândulas sebáceas; tem aspecto brilhante e, ao tocarmos, sentimos que sua textura é mais espessa. Quem possui esse tipo de pele, muitas vezes apresenta lesões como comedões e milium.

Assimile

Muitas vezes, as pessoas acham que, por possuírem uma pele oleosa, ela não ficará desidratada. Esse é um engano muito comum. As peles lipídicas podem ser subdivididas em:

Pele lipídica desidratada: apresenta oleosidade, mas também apresenta descamações e rugas.

Pele lipídica seborreica: apresenta secreção sebácea extremamente aumentada. Muitas vezes, vem associada a casos de dermatites e pode afetar também o couro cabeludo.

Pele lipídica acneica: apresenta oleosidade, pois as glândulas sebáceas estão hiperativas, e vem associada a um quadro inflamatório, sendo diferenciada pela presença das lesões com presença de pus.

Pele mista: Esse tipo de pele apresenta oleosidade na região do nariz, da testa e mento. Também conhecida como zona T. Nas laterais do rosto, a pele pode ser eudérmica ou alípica.

Além de identificarmos o biótipo cutâneo, é importante analisarmos o fototipo cutâneo. Podemos entender que fototipo é uma classificação que se utiliza de números para relacionar a pele com a exposição solar.

Você já deve ter observado como existem diferentes tons de pele, não é mesmo? Ainda mais se tratando do povo brasileiro, que é uma mistura de muitas influências genéticas. Por mais que tentemos separar em grupos, precisamos estar atentos quanto à sensibilidade de cada pele.

Para que tenhamos mais confiança nos tratamentos propostos, precisamos entender como podemos classificar as diferentes peles dos nossos clientes.

Sabe-se que a pigmentação da pele depende diretamente da quantidade de melanina existente nela; ou seja, é a melanina, pigmento que dá cor à pele, que determina se será negra, morena, branca, dentre outras pigmentações.

Assimile

Você deve se lembrar que a melanina é uma proteína que o nosso corpo produz a partir de um aminoácido essencial chamado de tirosina. A célula humana responsável pela produção dessa proteína é o melanócito. Esse pigmento, geralmente, apresenta uma coloração amarronzada, e podemos dizer que sua principal função no nosso corpo é a de proteção contra a ação nociva dos raios solares. Dessa maneira, podemos concluir que a melanina é a grande responsável pela fotoproteção do nosso material genético.

A quantidade de melanina que possuímos em nossa pele é determinada por herança genética, ou seja, dos nossos ancestrais. Podemos dizer que pessoas com a pele bem clara indicam que possuem pouca melanina na pele, e o inverso também é verdadeiro, ou seja, pessoas de pele negra possuem uma quantidade maior desse pigmento.

A melanina é um pigmento que reage defendendo nosso corpo das radiações ultravioletas. Assim, podemos dizer que quanto mais melanina a pele possuir, mais resistente ela seráa essa radiação, ou seja, ela não se queimará com o sol com tanta facilidade, quanto um cliente que tenha pouca melanina.

Reflita

Você sabia que o Fator de Proteção Solar, também conhecido como FPS, é um índice que determina o tempo máximo de exposição ao sol sem causar hiperemia (vermelhidão) na pele? E que muitas pessoas sabem da sua importância e, simplesmente, acham que não precisam se proteger diariamente? Você sabia que muitos profissionais da estética não têm o costume de utilizar protetor solar diariamente?

Em 1976, o dermatologista Fitzpatrick, da Escola de Medicina de Harvard, sugeriu uma tabela que classifica a pele de acordo com seis fototipos, sendo a variação da pele mais clara (fototipo I) à pele

negra (fototipo IV). Essa variação está relacionada com a quantidade de melanina depositada na pele de cada fototipo e com a relação de cada um deles à exposição solar. Por isso, quando utilizamos a escala desenvolvida por Fitzpatrick é importante, além de visualizar, perguntar para o nosso cliente como sua pele fica quando exposta ao sol.

Tabela 1.6 | Escala de fitzpatrick

Fototipo	Cor da pele / características	Efeitos da radiação solar
Fototipo i	Branco pálido, pele clara, cabelos ruivos ou loiros, olhos claros e possue sardas.	Nunca se bronzeia e sempre se queima. É muito sensível à exposição solar. A pele fica muito vermelha.
Fototipo ii	Branco, pele clara, olhos claros, cabelos ruivos ou loiros.	Dificilmente se bronzeia e facilmente se queima. A pele fica vermelha.
Fototipo iii	Branco – bege, cabelos loiros ou castanho-claro, olhos castanhos ou escuros.	Se bronzeia ou se queima de forma moderada. Sensibilidade moderada ao sol. Geralmente, o bronzeamento é uniforme. Às vezes a pele fica vermelha.
Fototipo iv	Pele clara ou morena clara, cabelos castanho-escuros ou escuros, olhos escuros.	Bronzeia-se com facilidade e dificilmente se queima. Possui pouca sensibilidade ao sol.
Fototipo v	Pele morena, cabelos escuros, olhos escuros.	Raramente se queima e bronzeia-se muito. Possui discreta sensibilidade solar.
Fototipo vi	Negro, cabelos escuros, olhos escuros.	Nunca se queima e sempre se bronzeia. Não possue nenhuma sensibilidade solar.

Fonte: elaborada pela autor.

A cor natural da pele pode, ainda, ser classificada como constitutiva (controlada e determinada por fatores genéticos) ou facultativa (de acordo com a exposição solar, envelhecimento da pele e fatores hormonais).

Além desses fatores influenciarem a cor da pele, também precisamos nos lembrar que a tonalidade da pele sempre varia de acordo com a raça do indivíduo, com a região do corpo a ser analisada e as condições do meio.

Essa classificação da pele de acordo com o fototipo tem sido muito utilizada nos dias de hoje, principalmente, quando a terapia envolve o uso de laser ou de luz pulsada. Nesses casos, os aparelhos devem ser calibrados de acordo com o fototipo de cada pele para que não ocorra queimaduras, assegurando níveis de energia seguros para cada tipo de pele.

Exemplificando

Podemos citar como exemplo duas situações: você tem um cliente com pele clara e pelos escuros e um outro cliente com pele mais morena e pelos escuros. Você vai utilizar a mesma quantidade de energia?

Não, pois o fototipo será diferente. Quanto mais clara a pele e mais escuro o pelo, o resultado será mais rápido, pois poderá usar energias mais altas. Já, quando a pele é escura, a energia utilizada é menor, caso contrário, poderá causar queimaduras na pele.

E quando o pelo é mais claro e mais fino? Esse tipo de pelo absorve menos energia, e o número de sessões será maior.

Outro parâmetro a ser avaliado na pele é a hidratação cutânea. O mecanismo de hidratação da nossa pele está garantido pelo manto hidrolipídico. Entendemos como uma pele com hidratação normal, quando possui a quantidade de água necessária para manter uma boa aparência e, dessa maneira, garantir um bom funcionamento.

Uma pele hidratada tem como característica ser: macia, suave e elástica. Quando a pele está desidratada, apresenta-se sem brilho, áspera e, em alguns casos, podem aparecer descamações.

Algumas pessoas acham que a hidratação da pele afeta apenas a sua beleza, mas, uma pele desidratada está mais suscetível a lesões cutâneas, pois há maior tendência a irritações.

Muitos fatores afetam essa hidratação da pele, tanto fatores intrínsecos quanto fatores extrínsecos. Os fatores extrínsecos mais comuns que alteram a hidratação são: exposição ao sol, vento, clima, água quente, sabonetes, ar condicionado, dentre outros. Como fatores intrínsecos, temos: alterações metabólicas, envelhecimento natural, alterações vasculares periféricas, dentre outros.

Pesquise mais

Para você entender melhor sobre a importância da hidratação da pele, leia o artigo que está localizado no link: <http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?id_materia=2886&fase=imprime>. Acesso em: 25 set. 2017.

Esse artigo é muito importante ao abordar a importância da hidratação da pele em relação à homeostase, ou seja, o equilíbrio do organismo.

Além de procurar identificar o tipo de pele, o fototipo cutâneo e o grau de hidratação, é importante verificarmos a presença de manchas na pele de nossos clientes. Essas manchas também são conhecidas como discromias ou manchas pigmentares.

Essas discromias são alterações que acontecem na camada da derme e que provocam alterações na coloração da pele. Isso acontece devido à melanina ou pelo depósito de outros pigmentos, como a hemossiderina, o caroteno, os pigmentos biliares, dentre outros.

É importante que se faça um levantamento histórico detalhado desse cliente, avaliando a discromia e questionando sobre características como: quando essa mancha apareceu; se aumentou de tamanho; se nosso cliente já procurou um médico para conversar a respeito etc. Em alguns casos, precisamos indicar ao nosso cliente um médico dermatologista, para que faça alguns exames mais específicos.

Algumas discromias são estéticas, mas outras, podem indicar

que o nosso cliente possui uma doença interna, algum órgão esteja afetado. Qualquer tipo de mancha que aparece na pele deve ser alarmada e nosso cliente deve, primeiramente, procurar um médico dermatologista, para que se tenha um diagnóstico precoce dessa lesão.

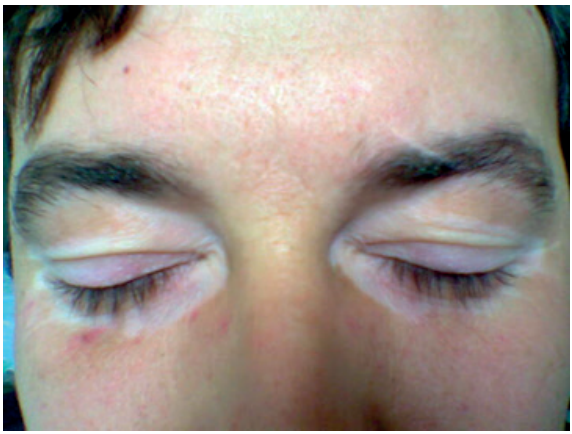
Muitas são as causas das discromias, dentre elas, podemos destacar: alterações genéticas, alterações metabólicas, problemas endocrinológicos, reações alérgicas, problemas nutricionais, inflamações, exposição aos raios ultravioletas, queimaduras e alguns medicamentos (principalmente se forem fotossensíveis).

De acordo com a forma de aparecimento, as discromias podem aparecer de três formas na pele:

- Difusa: em toda superfície do corpo.
- Generalizada: lesões individuais no corpo todo.
- Circunscrita: lesões em apenas uma parte do corpo.

E podem ser classificadas de acordo com a quantidade de pigmentação. Quando há excesso de pigmentação, chamamos de hipercromia; quando há falta de pigmentação, denominamos hipocromia.

Figura 1.7 | Hipocromia facial



Fonte: <https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/1/10/Eyelid_vitiligo_06.jpg>. Acesso em: 14 set. 2017.

Sem medo de errar

Muito bem, agora que você já aprendeu sobre os tipos de classificação da pele, vamos retomar à situação-problema apresentada no "Diálogo aberto". A Denise é uma adolescente de 15 anos de idade, gosta de estudar, ler e praticar atividade física; tem uma rotina bem intensa, afinal, estuda e também pratica natação. Ela começou a apresentar algumas lesões na pele. Dentre essas lesões, ela relata o aparecimento mais frequente de espinhas e cravos, além de perceber que sua pele está mais ressecada. Denise está ansiosa, pois irá a algumas festas e acabará usando uma maquiagem oleosa para esconder essas lesões em seu rosto; além disso, ela tem cutucado a sua pele, causando algumas manchas, principalmente na região da testa. Ela sempre teve uma pele boa, sempre que tomava sol, bronzeava-se e raramente se queimava. Tem a pele clara, olhos castanhos, cabelo escuro, ondulado e não apresenta sardas, mas, sim, alguns vasinhos sanguíneos mais visíveis na região lateral do nariz.

A Denise acha que a pele dela é oleosa, mas, ao mesmo tempo, seca. Como você pode identificar se a pele é seca, oleosa ou mista e classificá-la? Como é sua pele de acordo com Fitzpatrick? Quanto às manchas, como você as identifica?

Primeiro procedimento a ser realizado é higienizar essa pele. Para que a avaliação seja correta, precisamos limpá-la completamente, uma vez que, muitos produtos utilizados podem mascarar o real problema de nossos clientes. É muito importante levar em conta o que nossa cliente relata: que acha sua pele seca e também oleosa. Ter lesões de espinhas e cravos é indicativo de uma pele oleosa, mas, as veias aparentes na região lateral do nariz indicam uma pele mais ressecada e sensível. Dessa maneira, concluímos que nossa cliente possui uma pele mista. Para identificarmos se a pele está hidratada ou desidratada, precisamos tocá-la. Se você perceber um toque mais áspero, é indicativo de uma pele desidratada.

Continuando a avaliação, precisamos identificar o fototipo da pele da Denise. Ela nos disse que quando toma sol se bronzeia e raramente se queima. Com essas informações determinamos que

seu fototipo é o IV ou o V, mas, na avaliação identificamos que a pele dela é clara, por isso, temos certeza que a Denise é fototipo IV.

Para identificarmos as manchas, precisamos ver seu tamanho, se são mais escuras ou mais claras, e perguntar se ela foi ao médico para informar-se sobre elas. É bem provável que essas manchas sejam mais escuras e resultantes das inflamações de acne. Como ela tem o costume de ficar mexendo no rosto, pode acabar machucando e causando uma lesão.

Avançando na prática

Depilação com luz pulsada

Descrição da situação-problema

Andréa e Camila, duas amigas, resolveram ir até sua clínica para realizar depilação com luz pulsada. Na avaliação da Andréa, você percebeu que ela tem fototipo III, tem 30 anos, é sedentária, faz uso de anticoncepcional e tem o costume de passar hidratantes no corpo e no rosto à base de vitamina C. Já a Camila tem fototipo V, também tem 30 anos e é sedentária, não usa anticoncepcional e não tem o costume de usar protetor solar.

Após cinco sessões, Camila percebeu que a depilação na Andréa está sendo mais eficiente do que nela, uma vez que Andréa possui menos pelos nas regiões tratadas. Agora a Camila quer saber: por que o tratamento está sendo mais eficaz em sua amiga?

Resolução da situação-problema

De acordo com o que estudamos, o fototipo da pele é extremamente importante nesses casos, pois quanto maior a diferença de tonalidade entre o pelo e a pele mais eficaz será o tratamento. Você deve explicar para a Camila que o pelo da Andréa é mais escuro e, por isso, consegue usar energia mais alta sem correr o risco de queimar sua pele. Já o pelo de Camila é diferente, pois sua pele é morena e não pode usar energia alta para não correr risco de queimá-la.

Faça valer a pena

1. É de extrema importância que você tenha em mente que antes de realizar qualquer procedimento facial em sua cliente, você deve observar as características de sua pele. Quando você faz esse tipo de análise, é possível definir o seu biótipo cutâneo; e defini-lo corretamente é o primeiro passo para um tratamento de sucesso.
Para tanto, utilizamos o exame visual, que consiste na observação da pele do nosso cliente; a palpação tátil, em que iremos sentir a textura dessa pele e, para complementar, a utilização da lupa para que possamos visualizar melhor alguns tipos de lesões.

Assinale a alternativa correta. Se no exame visual observarmos: uma pele mais fina, opaca, com uma secreção sebácea insuficiente, com sensibilidade a ácidos e linhas de expressão, podemos dizer que essa pele é:

a) Eudérmica.
b) Lipídica.
c) Alípica.
d) Mista.
e) Normal.

2. Além de identificarmos o biótipo cutâneo, é importante analisarmos o fototipo cutâneo. Podemos entender que fototipo é uma classificação que se utiliza de números para relacionar a pele com a exposição solar.
Você tem um cliente que tem a pele branca, cabelos loiros, olhos verdes, possui sardas e relata que sempre se queima, nunca se brozeia e sempre fica vermelho durante a exposição solar. De acordo com o que foi relatado, podemos afirmar que esse cliente possui um fototipo:

Assinale a alternativa correta:

a) Fototipo I.
b) Fototipo II.
c) Fototipo III.
d) Fototipo IV.
e) Fototipo V.

3. Outro parâmetro a ser avaliado na pele é a hidratação cutânea. O mecanismo de hidratação da nossa pele está garantido pelo_____.
Entendemos como uma pele com hidratação normal, quando possui a quantidade de _____ necessária para manter uma boa aparência e, dessa maneira, garantir um bom funcionamento.
Uma pele hidratada tem como característica ser: macia, suave e elástica. Quando a pele está _____, apresenta-se sem brilho, áspera e,

em alguns casos, podem aparecer descamações.

Assinale a alternativa que possui as palavras que completam as lacunas do enunciado.

a) Manto hidrolipídico – óleo – ressecada.
b) Manto eletrolítico – sebo – oleosa.
c) Manto hidrolipídico – água – hidratada.
d) Manto hidrolipídico – água – desidratada.
e) Manto eletrolítico – água – desidratada.

Seção 1.3

Avaliação facial e da pele

Diálogo aberto

Olá aluno, seja bem-vindo à Seção 1.3 deste nosso livro didático! Nessa seção, estudaremos sobre a avaliação facial e da pele; abordaremos inicialmente como deve ser feita uma anamnese facial, a abordagem ao cliente bem como o que deve ser questionado. Você será capaz de preparar o ambiente para o atendimento, a recepção e a acomodação até o momento do atendimento propriamente dito. Aprenderá a analisar o tecido cutâneo de acordo com a cor, a textura, a descamação, a presença de alterações e, por fim, sobre as condições da pele de nosso cliente.

Para ficar mais fácil a compreensão, vamos retomar à situação apresentada no *Convite ao estudo*: Ana Clara chega no seu espaço estético muito preocupada com sua filha Denise. A Denise é uma adolescente de 15 anos, gosta de estudar, ler e praticar atividade física; tem uma rotina bem intensa dividindo seu tempo entre os estudos e as aulas de natação. Denise treina natação cinco vezes por semana durante 2 horas. Sua mãe começa a ficar preocupada, pois percebeu algumas lesões na pele de sua filha. Dentre essas lesões, ela relata o aparecimento mais frequente de espinhas e cravos, além de perceber que sua pele está mais ressecada. Denise está ansiosa, principalmente pelo fato de que irá a algumas festas e acabará usando uma maquiagem oleosa para esconder essas lesões em seu rosto. Além disso, ela tem cutucado a sua pele, causando algumas manchas, principalmente na região da testa. Ela sempre teve uma pele boa, sempre que tomava sol se bronzeava e raramente se queimava. Tem olhos castanhos, cabelo escuro, ondulado e não apresenta sardas,mas, sim, alguns vasinhos sanguíneos mais visíveis na região lateral do nariz. Muito bem, você já observou a pele da Denise, agora é a hora de preencher a anamnese. Quais perguntas devem constar nessa avaliação? Como você poderá começar essa anamnese? A Denise é uma adolescente curiosa e está achando

estranho o fato de você perguntar se ela toma algum remédio ou se tem algum problema hormonal. Como você poderia explicar a ela como essas questões influenciam na pele? Como você pode preparar essa pele para a avaliação? E o ambiente, o que você deve observar para que ele esteja adequado para a Denise?

Não pode faltar

A avaliação, antes de qualquer procedimento que iremos fazer, é de extrema importância. É fundamental que você faça o preenchimento de uma ficha de anamnese completa; dessa maneira, conseguimos garantir que tudo o que o nosso cliente disser será verdade. A partir da ficha preenchida, conseguiremos pensar e elaborar um tratamento eficaz com procedimentos seguros para nosso cliente. Quanto mais completa ela estiver, quanto mais perguntas fizermos, conheceremos melhor nosso cliente, ele, por sua vez, confiará em nós e, assim, tentaremos garantir mais veracidade nas respostas.

Devemos deixar claro a ele a importância dessa avaliação, mesmo que seja para realizarmos apenas um procedimento, pois a partir desse momento conheceremos mais nosso cliente e saberemos todas as indicações e contraindicações que esse cliente possui.

Reflita

Você sabia que as informações e as documentações de uma anamnese são mais do que um simples registro escrito? Essas informações colhidas revelam o histórico do nosso cliente; será por meio dessas informações que desenvolveremos o protocolo. No entanto, já que a anamnese é tão importante, por que alguns profissionais nem colhem informações básicas? Se todos tivessem essa consciência, continuaríamos tendo tantas reações aos produtos?

Num primeiro momento devemos concentrar nossas energias em conhecer nosso cliente e, para isso, precisamos nos comunicar. Essa comunicação é essencial para criarmos empatia e, dessa maneira, obtermos dados precisos, relevantes e verdadeiros para traçarmos o tratamento. Esse primeiro contato é muito importante para que haja uma relação de confiança recíproca, pois nosso cliente

irá nos contar algo que realmente o incomoda e que atrapalha muitas vezes a sua autoestima.

Assimile

Podemos dizer que a autoestima é a valorização que as pessoas têm de si mesmas, ou seja, o autoconceito somado ao sentimento que tem de si, que é o amor próprio. Esse sentimento é elaborado a partir do conjunto de nossas características corporais, mentais, espirituais e a influência de pessoas que convivem conosco. Esse sentimento pode mudar conforme vamos crescendo e tendo novas experiências que influenciam na nossa autoestima. Podemos dizer que ter uma autoestima elevada torna-se essencial na vida de uma pessoa. Nós, como profissionais da estética, podemos influenciar e ajudar nosso cliente a construir uma imagem positiva de si mesmo; se percebermos qualquer alteração que possa indicar uma depressão, ansiedade dentre outros distúrbios, devemos indicar um profissional especializado para que nosso cliente tenha tratamento correto.

Quando pensamos na comunicação com nosso cliente, é importante mantermos o profissionalismo desde o início; e como fazemos isso? Devemos:

- Fazer uma apresentação formal, estabelecendo o contato visual, para então convidá-lo a realizar a avaliação em sua cabine ou numa sala que não tenha movimento nem outras pessoas ao redor.

- Fazer as perguntas enquanto preenche-se a ficha de anamnese.

- Informar o cliente sobre os procedimentos a serem realizados, bem como a importância da continuidade do tratamento e todos os cuidados que devem ser tomados, como o uso do protetor solar, por exemplo. (Nesse momento conscientizamos o cliente que o que ele faz é muito importante para o sucesso do tratamento).

- Conversar sobre as expectativas quanto ao resultado esperado. Devemos deixar claro o que pode acontecer após as sessões, inclusive alguma reação indesejada.

Além de termos essas condutas, precisamos nos lembrar que outro fator importantíssimo é a confidencialidade. É ela quem garante maior segurança na nossa relação com o cliente. No geral,

podemos dizer que as informações devem ser sigilosas e só devem ser faladas numa discussão com outros profissionais, ou seja, numa reunião multidisciplinar quando for favorecer de alguma maneira o cliente.

Exemplificando

Imagine-se na seguinte situação: Você tem uma cliente que fez uma cirurgia de blefaroplastia (cirurgia nas pálpebras para retirada de excesso de pele) há um mês; já está sem os pontos e tem se recuperado muito bem. O médico ainda não liberou que ela usasse maquiagem, mas ela disse que usou e acabou apresentando uma irritação na região da cicatriz. Você já tem atendido essa cliente desde o pós-operatório imediato, já fez a anamnese e tem dado continuidade no tratamento; no entanto, diante dessa irritação na pálpebra, você terá que reportar ao médico dela o que ela fez, a fim de que ele possa orientá-la como proceder.

Um outro exemplo: uma cliente quer fazer limpeza de pele, mas já faz um tratamento dermatológico à base de ácidos e quer parar com o uso dos produtos por não estar gostando do resultado. Frente a isso, é importante que a sua cliente comunique ao dermatologista antes de tomar qualquer decisão. Muitas vezes, os clientes suspendem o uso de medicamentos e não comunicam o médico responsável, podendo comprometer todo o tratamento. Se você trabalha com o dermatologista que ela está se tratando, deve relatar o caso a ele, pois, se ela parar de usar o ácido e você realizar a limpeza, a pele dela pode manchar e você poderá ser responsabilizada(o) por isso. Se você não tem o contato do médico, deve pedir a cliente que ligue e converse com ele; dessa maneira, você estará deixando clara a importância dessa comunicação.

Devemos ter a capacidade de sempre ouvir nosso cliente e acrescentar alguma nova informação. Se você utilizou um produto que seu cliente não tenha gostado, ou teve alguma reação, como vermelhidão, prurido, irritação, devemos indicar esse fato em sua ficha, a fim de que esse produto não seja utilizado novamente.

Quando vamos preencher uma ficha de avaliação ou uma anamnese, precisamos começar pelos dados pessoais. O primeiro item a ser preenchido é o cadastro, que deve conter: nome completo, data de nascimento, telefones, endereço, e-mail para contatar o paciente quando necessário, por exemplo, caso haja alguma intercorrência que leve a sessão a ser realizada num outro

dia ou horário, ou quando você criar campanhas de publicidade, descontos para aniversariantes e, assim, por diante.

Depois desse primeiro contato, devemos perguntar sobre a queixa do nosso cliente e há quanto tempo isso o incomoda. A queixa deve ser o que o cliente quer melhorar, e não o que nós estamos vendo. Muitas vezes, a queixa do cliente nem é o problema mais sério que ele apresenta, mas é realmente o que o incomoda. Quando damos atenção à queixa, colocamos suas necessidades como centro do nosso tratamento estético.

É importante sabermos se nosso cliente já fez algum procedimento estético e se houve melhora. Quando sabemos se ele gostou ou não, já podemos nos preparar para o que está por vir. É sempre bom identificar se esses resultados foram satisfatórios ou não, e se não foram, devemos tentar identificar o porquê.

O próximo passo é entender como nosso cliente cuida da pele dele. Se tem o costume de utilizar produtos específicos para o rosto, como sabonete facial, tônico hidratante e protetor solar.

Reflita

Você sabia que muitos profissionais da área da estética orientam seus clientes a usarem sabonete específico para o rosto, bem como hidratante e protetor solar, mas eles mesmos não usam? E ainda tem aqueles que quando usam, acabam usando errado, um exemplo é o uso do protetor solar. Você pode até usar protetor solar, mas você tem o costume de reaplicá-lo?

Importante perguntarmos se nosso cliente usa lentes de contato, pois, para que sejam realizados alguns procedimentos, as lentes deverão ser retiradas para que nenhum tipo de lesão ocorra nos olhos, sendo que, muitas vezes, apoiamos as mãos nos olhos do cliente, podendo provocar o deslocamento da lente e gerar algum atrito.

O próximo passo é identificar se nosso cliente fuma ou se tem o costume de ingerir bebida alcoólica. O fato de ele fumar indica que sua pele será desvitalizada, com diminuição de oxigenação, e terá a

cicatrização alterada; assim, o resultado da terapia será outro. Quem tem o costume de ingerir bebidas alcoólicas também apresentará alteração cutânea, principalmente ressecamento, e também podem apresentar mais edemas.

Pesquise mais

Para você entender melhor sobre os efeitos nocivos do cigarro sobre a pele, leia o artigo disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/%0D/abd/v81n1/v81n01a04.pdf>. Acesso em: 27 set. 2017.

Esse artigo demonstra que também ocorrem efeitos do cigarro sobre a pele, principalmente na hidratação.

A qualidade de vida como um todo deve ser avaliada. Dentre as perguntas que podemos realizar, destacam-se: qualidade do sono, funcionamento intestinal, se faz atividade física (qual atividade e sua frequência), se faz uso de remédios (quais e frequência), se está gestante, características de sua alimentação, se faz algum tratamento médico, se tem alergia bem como o histórico médico desse cliente (se tem alterações cardiovasculares, problemas de diabetes, problemas hormonais, dentre outros).

Às vezes, nossos clientes se assustam com tantas perguntas, ainda mais por não estarem acostumados a realizar essas avaliações, mas você deve deixar clara a sua importância, sendo que o tratamento e o sucesso dele dependem de todas as respostas.

Feita a ficha de avaliação, você pedirá que seu cliente assine no final, referindo que tudo o que ele disse é verdade e que está de acordo com o que está escrito na avaliação. Isso é muito importante para amparar o profissional de estética perante à sociedade e à justiça, pois, em casos de complicações ou reações adversas, se o cliente omitir alguma informação, a responsabilidade será dele e não sua.

Importante ter em mente que essa ficha será preenchida e atualizada a cada sessão, colocando o que foi feito e se houve alguma intercorrência, ou seja, registrando tudo o que está sendo feito. De um modo geral, podemos dizer que esses registros são importantes por permitirem que:

- Você conheça seu cliente.
- Avalie cada cliente individualmente.
- Relacione as alterações que ele venha a possuir.
- Oriente quanto à conduta estética.
- Registre o progresso do tratamento proposto.
- Oriente quanto aos cuidados que nosso cliente deva ter.
- Mostre que o cliente também tem responsabilidade sobre as informações dadas.

Com a avaliação preenchida, vamos avaliar a pele e identificar as possíveis alterações que nosso cliente possa ter.

Ficha de avaliação facial

Percebemos a importância de preenchermos uma ficha de avaliação facial antes de qualquer procedimento que possamos realizar no cliente. Feitas as perguntas, está na hora de analisarmos a pele.

Devemos, num primeiro momento, higienizar essa pele; se nosso cliente estiver com maquiagem, precisamos retirá-la e então higienizar. Feito isso, iluminamos o local, e se tivermos acesso à lupa e à lâmpada de Wood, devemos usá-las.

Precisamos identificar o biótipo cutâneo e classificá-lo em: eudérmico, lipídico, alípico ou misto. Por meio do toque sentimos a textura da pele e sua espessura.

É muito comum as pessoas que estão sendo avaliadas quererem saber como está a pele, ou então, já mostrar que tem uma mancha ou então outra alteração. Nesse momento precisamos ficar ainda mais atentos para que a avaliação seja completa e possa suprir as necessidades de nosso cliente.

Nosso ambiente de trabalho precisa estar organizado; podemos trocar o lençol da maca na frente de nosso cliente, e nosso carrinho acessório deve conter a bandeja com algodão, gaze, borrifador de água, demaquilante, loção higienizadora e uma máscara com

propriedades calmantes, caso nosso cliente apresente algum tipo de irritação cutânea, e todos os produtos devem ser de fácil acesso. Outro detalhe ao qual você deve se atentar: leia como se usa o produto antes do cliente chegar. Existem produtos que precisam ser retirados com água, outros não. Se na hora de atender você começar a ler o rótulo do produto, poderá passar insegurança ao cliente, e o que queremos é que ele confie em nosso tratamento.

Após avaliada a pele, você poderá conversar com o cliente sobre as expectativas que ele tem, o que ele quer melhorar e quanto tempo disponibilizará para receber esses cuidados.

Nossos clientes devem ter consciência de que eles também serão responsáveis pelo sucesso do tratamento.

Feito isso, você traça um plano de tratamento, e antes do cliente ir embora, tonifique a pele dele, aplique um hidratante específico para o tipo de pele dele e finalize com o protetor solar.

A partir desse momento, você deverá rever todas as anotações feitas e então decidir qual será o melhor tratamento para o seu cliente, lembrando-se sempre que cada um possui sua individualidade, seus costumes e maneiras; devemos sempre respeitar cada pessoa dentro da sua rotina diária e seus costumes; o mesmo protocolo deve ser individualizado, cada cliente é diferente e devemos cuidar de cada um.

A seguir, um modelo de uma anamnese facial:

Figura 1.8 | Ficha de anamnese facial

Ficha de Anamnese Facial

Dados Pessoais					
			Data : / /	Idade	
Nome :				Sexo :	
Endereço :				Data Nasc :	
Bairro :		Cidade:		CEP :	
Fones :	Res:	Comercial:		Profissão :	
Etnia :		Est. Civil :	E-mail :		
Indicação :					
Motivo da Visita :					

Em caso de emergência avisar:			
Nome :		Telefone:	
Médico :		Telefone:	
Convênio Méd. :	Cart:	Hospital:	

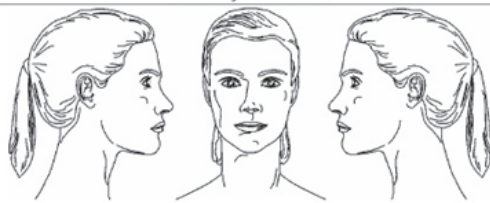
Histórico				
Fez tratamento estético anterior ?	❑ S	❑ N	Qual ?	
Antecedentes alérgicos ?	❑ S	❑ N	Quais ?	
Funcionamento intestinal regular?	❑ S	❑ N	Obs.:	
Pratica esportes?	❑ S	❑ N	Quais ?	
É fumante?	❑ S	❑ N		
Alimentação balanceada ?	❑ S	❑ N	Tipo ?	
Faz algum tratamento médico ?	❑ S	❑ N	Qual ?	
Usa algum medicamento ?	❑ S	❑ N	Qual ?	
Usa ou já usou ácidos na pele?	❑ S	❑ N	Quais ?	
É gestante ?	❑ S	❑ N	Filhos ?	❑ S ❑ N Quantos ?
Portador de Marcapasso ?	❑ S	❑ N	Qual ?	
Presença de próteses metálicas ?	❑ S	❑ N	Local ?	
Tem problemas cardíacos ?	❑ S	❑ N	Qual ?	
Portador de epilepsia ?	❑ S	❑ N		
Portador de Marcapasso ?	❑ S	❑ N	Qual ?	
Antecedentes oncológicos ?	❑ S	❑ N	Qual ?	
Ciclo menstrual regular ?	❑ S	❑ N	Obs.:	
Usa método anticoncepcional ?	❑ S	❑ N	Qual ?	
Cuidados Diários e produtos em uso:	❑ S	❑ N	Qual ?	
Tem diabetes ?	❑ S	❑ N		
Próteses dentárias ?	❑ S	❑ N		
Costuma tomar sol ?	❑ S	❑ N		

Termo de Responsabilidade	
Estou ciente e de acordo com todas as informações acima relacionadas.	
Local e Data	Assinatura Cliente

Fonte: Gerson, J. et al. (2011, p. 67).

Figura 1.9 | Avaliação da pele

Avaliação da Pele



Presença de:

Manchas Pigmentares relacionadas à melanina	❑ Acromia ❑ Cloasma	❑ Efélides ❑ Hipercromia	❑ Hipocromia	
Manchas por alterações vasculares	❑ Angioma ❑ Cianose	❑ Eritema ❑ Hematoma	❑ Petéquias ❑ Teleangectasias	
Formações sólidas	❑ Ceratose ❑ Nódulos	❑ Pápulas ❑ Verrugas	❑ Comedão ❑ Millium	❑ Necrose
Formações com conteúdo liquido	❑ Bolha	❑ Pústula	❑ Vesícula	
Lesões de pele	❑ Crosta ❑ Escama	❑ Escara ❑ Escoriação	❑ Fissura ❑ Fístula	❑ Ulceração
Sequelas	❑ Atrofia	❑ Cicatriz		
Pelos	❑ Hipertricose	❑ Hirsutismo		
Alterações da Queratinização	❑ Eczema	❑ Hiperqueratose	❑ Psoríase	

Classificação do tipo cutâneo

Quanto à Hidratação	❑ Desidratada	❑ Normal		
Quanto ao grau de oleosidade	❑ Alípica	❑ Lipídica	❑ Normal	❑ Seborreica
Quanto à espessura	❑ Espessa	❑ Fina	❑ Muito fina	

Sessão ➔	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	7ª	8ª	9ª	10ª	11ª	12ª
Tratamento ➔ Data ➔	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
Alta Frequência												
Desencruste												
Ionizador												
Eletrolifting												
Eletrólise												
Vaporizador												
Eletrosucção												
Microcorrentes												
Supervisão ➔												

Relatório

Fonte: Gerson, J. et al. (2011, p. 68).

Pesquise mais

Agora, acho interessante você pesquisar sobre itens que podem ser inseridos ao avaliar um homem, mais especificamente quanto à foliculite da barba. Muitos homens têm procurado tratamentos estéticos com o intuito de possuir uma barba sedosa, bonita e livre da foliculite. Para isso, pesquise mais a respeito no link sugerido: <http://www.sbd.org.br/dermatologia/pele/doencas-e-problemas/foliculite/7/>. Acesso em: 11 out. 2017.

Sem medo de errar

Agora que você já aprendeu sobre a avaliação da pele, vamos retomar à situação-problema apresentada no "Diálogo aberto": Denise é uma adolescente de 15 anos de idade, gosta de estudar, ler e praticar atividade física. Sua mãe está preocupada, pois relata o aparecimento mais frequente de espinhas e cravos, além de perceber que a pele de sua filha está mais ressecada. Denise vai à algumas festas e acaba usando uma maquiagem oleosa para esconder essas lesões em seu rosto e algumas vezes acaba cutucando sua pele. Ela relata que sempre teve uma pele boa, tomava sol se bronzeava e raramente se queimava. Tem olhos castanhos, cabelo escuro, ondulado e não apresenta sardas, mas, sim, alguns vasinhos sanguíneos, mais visíveis na região lateral do nariz. Muito bem, você já observou a pele da Denise, agora é a hora de preencher a anamnese. Quais perguntas devem constar nessa avaliação? Como você poderá começar essa anamnese? A Denise é uma adolescente curiosa e está achando estranho você perguntar se ela toma algum remédio ou se tem algum problema hormonal. Como você poderia explicar para ela como essas questões influenciam na pele? Como você pode preparar essa pele para a avaliação? E o ambiente, o que você deve observar para que o ambiente esteja adequado para a Denise?

Muito bem, você precisará anotar todos os dados da paciente bem como de sua mãe, pois Denise é menor de idade e sua mãe é quem deve se responsabilizar por tais informações. Você deve perguntar sobre as lesões e quando começaram a aparecer. Ao saber disso, você continuará a conversa, questionando sobre os

cuidados que ela tem com a pele, querendo saber o que ela passa, qual a frequência do uso desses produtos e quais são eles. Como ela é bem curiosa e está achando estranho essas perguntas, você começa a explicar que a pele é um órgão do corpo humano que interage com o meio externo; por esse motivo devemos cuidar dela. Essa pele recebe diversas influências, tanto externas quanto internas e, portanto, é importante saber se ela faz uso de medicamentos, se usa hidratantes, e quais os princípios ativos desses produtos utilizados. É importante, também, perguntarmos se ela percebeu que essas lesões apareceram após a menarca, pois a questão hormonal pode estar relacionada ao aparecimento da acne, principalmente no período da puberdade.

Feito isso, iremos passar um demaquilante nessa pele para retirar toda a maquiagem e higienizá-la para retirar qualquer resíduo do material utilizado. Vamos deixá-la bem confortável, mostrando a maca e abrindo o lençol que utilizaremos, na frente dela. O carrinho estará do seu lado dominante, ou seja, do lado que você consegue trabalhar melhor, com todos os aparelhos acessíveis. Antes de começarmos, devemos explicar a Denise o passo a passo, inclusive dos aparelhos, para que, assim, ela se sinta mais confortável e tranquila.

Avançando na prática

Hipercromia gestacional

Descrição da situação-problema

Daniela chega ao seu consultório querendo fazer um clareamento na pele. Durante a ficha de anamnese você constatou que ela é jovem, tem 28 anos, não possui alergia a medicamentos, não tem problemas de alteração de pressão arterial sistêmica, não possui diabetes, não fuma, não bebe, está grávida de 6 meses e as manchas apareceram durante a gravidez. Essas manchas têm deixado a Daniela muito preocupada e, por isso, ela pesquisou na internet que existem vários tratamentos com ácidos que podem melhorar a mancha que ela possui no rosto. Como você deve conversar com a cliente sobre esse tratamento que ela quer fazer?

Resolução da situação-problema

Após preencher a ficha de anamnese e constatar que a mancha em seu rosto apareceu durante a gestação, devemos informá-la que isso é normal. É comum mulheres apresentarem manchas gestacionais devido às alterações hormonais que acontecem nesse período. Você poderá atendê-la deixando claro que as manchas irão realmente apresentar melhora após o nascimento do bebê; que o uso de ácido é totalmente contraindicado em seu caso, podendo prejudicar a gestação e também causar uma lesão maior nessa pele. Portanto, se ela optar por fazer um tratamento, você deverá escolher produtos que possam ser utilizados em gestantes.

Faça valer a pena

1. A avaliação antes de qualquer procedimento que iremos fazer é de extrema importância, como o preenchimento de uma ficha de anamnese completa, dessa maneira, conseguimos garantir que tudo o que nosso cliente disser será verdade. A partir da ficha preenchida, conseguiremos pensar e elaborar um tratamento eficaz com procedimentos seguros.

Podemos dizer que a ficha de anamnese serve para:
a) Conhecer totalmente nosso cliente.
b) Fazer a divulgação da clínica.
c) Fazer uma pesquisa de mercado.
d) Avaliar a qualidade de vida do nosso cliente.
e) Desenvolver um método para captação de clientes.

2. Quando vamos preencher uma ficha de avaliação ou uma anamnese, precisamos começar pelos dados pessoais. O primeiro item a ser preenchido é o cadastro, que deve conter: nome completo, data de nascimento, telefones de contato, endereço, e-mail; ou seja, você deve ter a identificação desse cliente para contatá-lo quando necessário, por exemplo, sobre alguma intercorrência que leve a sessão a ser realizada num outro dia ou horário; quando você criar campanhas de publicidade, descontos para aniversariante e, assim, por diante.
Depois desse primeiro contato, devemos perguntar sobre a queixa do nosso cliente e há quanto tempo isso o incomoda.

O que entendemos por queixa do nosso cliente?

a) A maior lesão que identificamos em seu rosto.
b) A alteração mais recente, pois é a que será mais fácil de ser trabalhada.
c) O que mais o incomoda.

d) A primeira alteração que chama nossa atenção ao olharmos para ele.
e) A alteração mais antiga que ele possui, pois é a mais difícil de ser tratada.

3. Marta tem um cliente do sexo masculino, possui 30 anos, é fumante e ingere álcool aos finais de semana e, às vezes, em festas durante a semana. Trabalha como engenheiro e pelo menos uma vez ao dia visita obras para dar alguma assistência; tem uma alimentação regrada, come frutas e verduras, não tem costume de ingerir água, pois toma sucos naturais; apresenta a pele ressecada e queimada devido à exposição solar e quer orientações de como pode melhorar sua pele. De acordo com o que foi falado na anamnese, a Marta estará orientando-o:
I – Sobre o uso de um filtro solar, para evitar as queimaduras.
II – Sobre o uso de um hidratante específico ao tipo de pele dele.
III – Sobre continuar fumando, pois, o cigarro não altera a pele.

Assinale a alternativa que contém as orientações corretas que a Marta deve dar:

a) I e II.
b) I, II e III.
c) I e III.
d) II e III.
e) Apenas III está correta.

Referências

GERSON, J. et al. **Fundamentos de Estética 3**: Milady's Standard. Ciências da pele. São Paulo, Cengange Leraning, 2011. v. 3.

GUIRRO, Elaine Caldeira de Oliveira; GUIRRO, Rinaldo Roberto de J. **Fisioterapia Dermato-Funcional**: Fundamentos – Recursos – Patologias. 3. ed. Barueri, Manole, 2010.

LACRIMANTI, Lígia Marini. **Curso Didático de Estética – volume I**. São Caetano do Sul, Yendis, 2012.

LACRIMANTI, Lígia Marini. **Curso Didático de Estética – volume II**. São Caetano do Sul, Yendis, 2012.

PEREIRA, Maria de Fátima Lima. **Recursos Técnicos em Estética – volume I**. São Caetano do Sul, Difusão Editora, 2013.

PEREIRA, Maria de Fátima Lima. **Recursos Técnicos em Estética – volume II**. São Caetano do Sul, Difusão Editora, 2013.

PEREZ, Erica; Levin, Raquel. **Técnicas de Massagens Ocidental e Oriental.** São Paulo, Saraiva, 2014.

Limpeza de Pele

Convite ao estudo

Nos dias de hoje temos acesso a várias informações; está muito mais fácil obter o conhecimento de um modo geral. Atualmente o acesso à informação é muito mais rápido; temos acesso a muitas delas ao mesmo tempo. E da mesma maneira que temos esse acesso nossos clientes também, por esse motivo, é importante que o profissional da área de estética e cosmética esteja sempre estudando, pesquisando e se aprimorando. Você já notou a quantidade de informações que recebe sobre produtos cosméticos e tratamentos estéticos, seja na televisão ou na internet? Por essa razão, devemos conhecer e entender os procedimentos que realizamos, assim conseguiremos executar um trabalho de qualidade, com os cuidados adequados e com um embasamento científico que justifique nossas escolhas quanto aos protocolos.

Para aproximá-lo da prática profissional, apresentamos um relato de um caso hipotético que tem como objetivo aproximar os conteúdos teóricos aprendidos com a atividade prática. Vamos lá!

Ana Clara chega em seu espaço estético muito preocupada com sua filha, Denise, uma adolescente de 15 anos de idade que gosta de estudar, ler e praticar atividade física. Tem uma rotina bem intensa dividindo seu tempo entre os estudos e as aulas de natação. Denise treina natação 5 vezes por semana durante 2 horas. Sua mãe começou a ficar preocupada pois percebeu algumas lesões na pele de sua filha, dentre essas lesões, ela relata o aparecimento mais frequente de espinhas e cravos, além de perceber uma pele mais ressecada. Denise está ansiosa pois vai a algumas festas e acabará usando uma maquiagem oleosa para esconder essas lesões em seu rosto. Além disso, ela tem cutucado a sua pele, causando algumas manchas, principalmente na região da testa. Durante a avaliação

você encontrou uma oleosidade intensa, principalmente na zona T; regiões ressecadas (ao redor dos lábios e dos olhos); comedões abertos e fechados no nariz, queixo, testa e acne grau II na bochecha. Você também identificou algumas manchas na bochecha, mas são manchas superficiais.

Ao elaborar o protocolo para o tratamento da Denise, realize primeiramente a limpeza de pele e então identifique as lesões que ela apresenta. Como você irá atuar com a finalidade de amenizar os danos causados na pele? Quais procedimentos e produtos podem ser utilizados na pele de Denise nessa etapa do tratamento?

Nesta unidade, você fará um estudo sobre a pele, suas camadas, seus anexos, sua importância e suas funções; desenvolverá o protocolo de limpeza, o passo a passo e a importância de cada procedimento.

Devemos lembrar que estamos sempre melhorando para levar o que há de mais moderno para nossos clientes.

Em cada sessão desta unidade você acompanhará e ajudará Denise a resolver problemas relacionados à situação proposta e que serão solucionados a partir dos estudos dos conteúdos tratados nas seções. Vamos começar?

Seção 2.1

Pele e extrações

Diálogo aberto

Olá aluno. Seja bem-vindo à segunda unidade deste nosso livro didático. Nesta unidade estudaremos a limpeza da pele. Iniciaremos pelas camadas dela e seus anexos; apresentaremos a importância desse órgão e as suas funções no organismo. Abordaremos a importância da limpeza de pele e como ela deve ser feita; você identificará as diferenças entre milium e comedão e qual procedimento correto para extrair cada um deles; aprenderá ainda sobre a utilização de produtos e equipamentos para o auxílio da limpeza de pele. Para ficar mais fácil a compreensão, vamos retomar a situação apresentada no convite ao estudo. Ana Clara chega em seu espaço estético muito preocupada com sua filha Denise. A Denise é uma adolescente de 15 anos de idade, gosta de estudar, ler e praticar atividade física. Tem uma rotina bem intensa dividindo seu tempo entre os estudos e aulas de natação. Denise treina natação 5 vezes por semana durante 2 horas. Sua mãe começa a ficar preocupada pois percebeu algumas lesões na pele de sua filha, dentre essas lesões ela relata o aparecimento mais frequente de espinhas e cravos, além de perceber que a pele está mais ressecada. Denise está ansiosa, pois irá a algumas festas e acabará usando uma maquiagem oleosa para esconder essas lesões em seu rosto. Além disso, ela tem cutucado a sua pele, causando algumas manchas, principalmente na região da testa. Durante a avaliação você encontrou uma oleosidade intensa, principalmente na zona T, e regiões ressecadas (ao redor dos lábios e dos olhos). Apresenta comedões abertos e fechados no nariz, queixo, testa e acne grau II na bochecha. Você também identificou algumas manchas na bochecha, mas são manchas superficiais.

Ao elaborar o protocolo para o tratamento da pele de Denise, realize primeiramente a limpeza de pele e identifique as lesões que ela apresenta. Como você irá atuar com a finalidade de amenizar os danos causados na pele? Quais procedimentos e produtos podem ser utilizados na pele de Denise nessa etapa do tratamento?

Para que você consiga responder todas essas questões, estude com atenção a seção "NÃO PODE FALTAR". Vamos lá, bons estudos!

Não pode faltar

Trabalhar com estética é muito mais do que aplicar protocolos, vender serviços e produtos. Os profissionais de hoje, incluindo você, para terem domínio sobre sua atuação, devem conhecer a pele, sua anatomia, fisiologia, os protocolos, os procedimentos e buscar especializarem-se cada dia mais. Por isso, vamos começar estudando a pele, estrutura e funções.

Pele

A pele é o maior órgão do corpo humano e faz parte do sistema tegumentar. Podemos dizer que nossa pele funciona como uma barreira, protegendo contra os elementos externos. Podemos encontrar em cada 3 cm de pele: milhões de células, vasos sanguíneos e nervos, glândulas sudoríparas e sebáceas, pelos, terminações nervosas livres, receptores de pressão, calor e frio. A pele corresponde a cerca de 16% do peso corpóreo e sem ela não sobreviveríamos.

Para que possamos entender melhor esse órgão vamos começar explicando suas funções. A pele tem seis principais funções que são: proteção, sensação, regulação de calor, excreção, secreção e absorção.

Proteção

A pele é uma barreira que protege nosso corpo de lesões e invasões externas, e podemos entender como invasores externos micro-organismos que podem causar doenças e alterações cutâneas. A função de proteção da pele está diretamente relacionada a proteger nosso organismo contra a penetração de agentes, de substâncias indesejadas. Além dessa proteção, a pele também é importante por ser resistente e assim evitar traumatismos em órgãos internos.

Por ser uma barreira resistente, densa e elástica, permite que a água que fica na camada intermediária da pele seja absorvida aos poucos, evitando assim a desidratação.

Outra barreira importante é o manto hidrolipídico, formado pelo suor, sebo e pelas células mortas que nos protegem da desidratação e de outros fatores externos.

Reflita

Você sabia que a pele é o órgão do corpo humano mais acessível e por isso torna-se importante avaliá-la e considerá-la nos exames físicos? Que muitas terapias holísticas se utilizam de manifestações na pele para diagnosticar qual órgão interno pode apresentar uma desordem energética?

Sensação

Na pele existem vários receptores que são responsáveis pelo toque e pelas sensações, como tato, dor, frio, calor e pressão. Existem áreas com mais receptores de um tipo do que de outro. O Toque é um sentido que afeta diretamente nossas funções corporais. É por meio dele que nosso cérebro traduz o ato em carinho, amor ou agressão. Esses estímulos são detectados por inúmeras fibras de terminações nervosas que estão localizadas na pele.

Assimile

Veja na tabela abaixo os receptores que estão em nossa pele e as respectivas sensações de cada um.

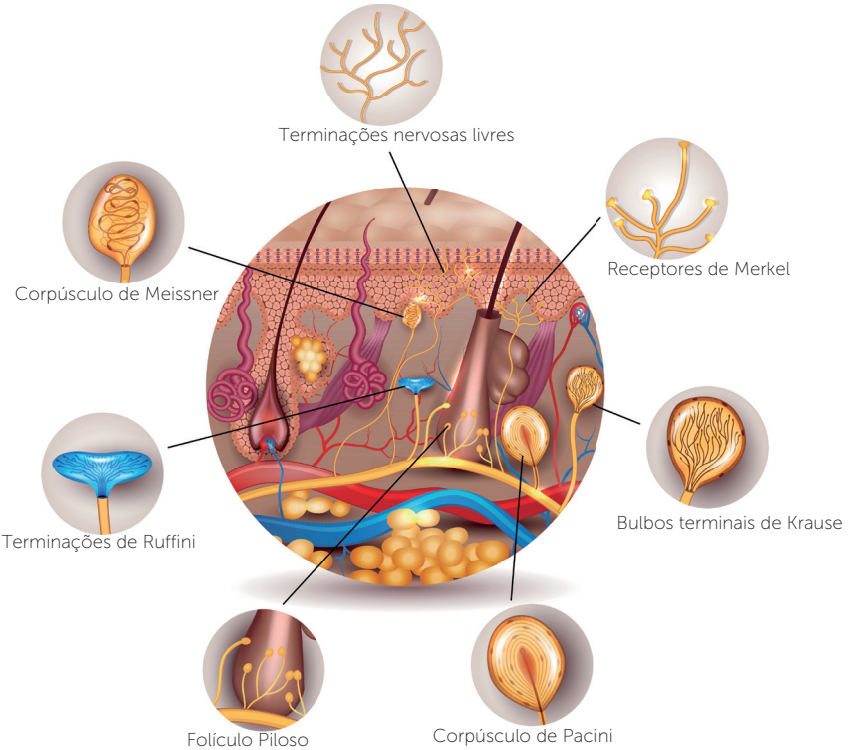
Tabela 2.1 | Receptores de superfície da pele

RECEPTORES DE SUPERFÍCIE	SENSAÇÕES PERCEBIDAS
Receptores de Ruffini	Calor
Receptores de Krause	Frio
Receptores de Vater-Pacini	Pressão
Receptores de Meissner	Tato
Terminações nervosas livres	Principalmente a dor
Discos de Merkel	Pressão e Tato

Fonte: elaborada pela autora.

Esses receptores estão espalhados na nossa pele. Ao sentirmos um beliscão, por exemplo, os receptores de Vater-Pacini, Meissner e as terminações nervosas livres enviam essa mensagem ao cérebro para que possamos reagir e nos afastarmos da agressão. Já quando recebemos um carinho, os estímulos fazem com que nos aproximemos do estímulo.

Figura 2.1 | Terminações nervosas da pele



Fonte: <http://www.istockphoto.com/br/vetor/skin-anatomy-and-sensory-receptors-in-the-skin-gm650154574-118188753>. Acesso em: 26 out. 2017.

Podemos dizer que a temperatura média do corpo varia de 36,5 °C a 37 °C. Quando a temperatura do ambiente muda, a pele se ajusta com o intuito de aquecer ou esfriar o corpo.

Se o corpo precisa esfriar, o mecanismo utilizado é a dissipação do calor, por meio dos folículos pilosos e das glândulas sudoríparas; se o corpo precisa se proteger do frio, utiliza-se da vasoconstrição, reduzindo, assim, o fluxo sanguíneo. Essa alteração fisiológica que ocorre em nossa pele é mediada pelos corpúsculos de Ruffini (que captam calor) e de Krause (que captam o frio).

Excreção

O suor é excretado pelas glândulas sudoríparas, que são anexos localizados na pele. Dessa maneira, excretam o suor e desintoxicam o corpo, pois o excesso de sal e de substâncias químicas indesejadas são eliminadas pelos poros.

Secreção

As glândulas sebáceas produzem o sebo, que é um tipo de óleo que tem como função proteger a superfície da pele e manter a pele e os pelos macios. Sabe-se que o estresse emocional e também o desequilíbrio hormonal podem afetar diretamente a produção desse sebo.

Pesquise mais

Para você entender melhor sobre dermatites, leia o artigo Dermatite Seborreica da face, localizada no link a seguir. Disponível em: <http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?id_materia=4485&fase=imprime>. Acesso em: 11 out. 2017.

Esse artigo mostra como muitas dermatites devem ser tratadas e a importância da orientação em relação a alguns cuidados.

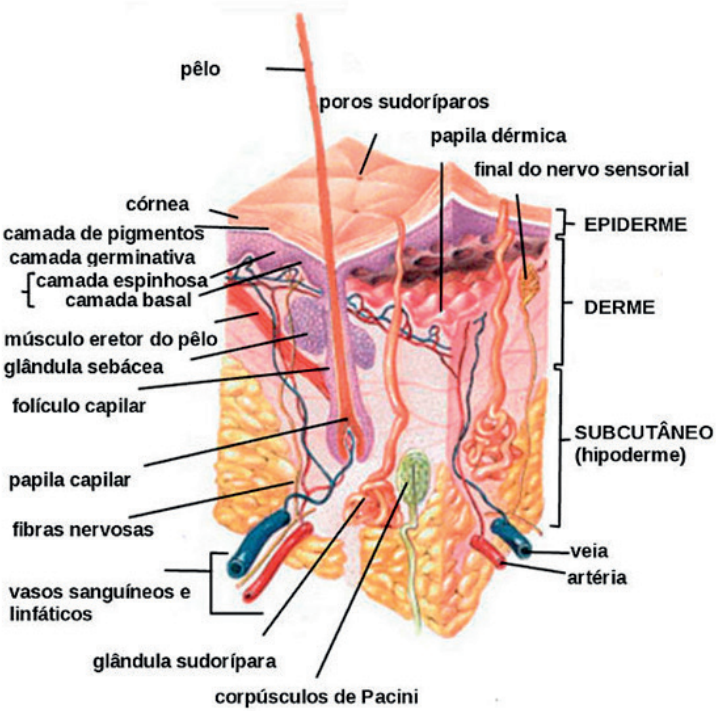
Absorção

A absorção de ingredientes importantes para a saúde da nossa pele ocorre por meio das células, dos folículos e dos poros. Podemos entender que a nossa pele será seletiva quanto às substâncias que serão absorvidas. Os produtos e cremes tópicos são absorvidos pelos folículos pilosos e pelas glândulas sebáceas. Dessa maneira muitas tecnologias têm sido desenvolvidas com o intuito de permitir que o princípio ativo seja uma molécula bem pequena, para que possa penetrar com mais facilidade na pele.

Camadas da pele

A pele pode ser dividida em duas partes: a epiderme e a derme.

Figura 2.2 | Camadas da pele



Fonte: <https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/1/1e/DiagramaPele Humana.jpg/615px-DiagramaPeleHumana.jpg>. Acesso em: 11 out. 2017.

A epiderme é a camada mais externa da pele e não é vascularizada. Mesmo sem suprimento sanguíneo, possui diversas terminações nervosas e varia de espessura de acordo com a região do corpo humano.

Exemplificando

Já vimos que a pele é o maior órgão que temos. É ela que recobre todo nosso corpo e, por esse motivo, não é a mesma em todas as partes dele. Por exemplo, a pele da mão e do rosto são diferentes da pele do abdômen, e da região interna da coxa. Isso acontece por vários motivos, dentre eles: a exposição ao sol, aos agentes externos, a presença de atrito na região e o tipo de roupa que é utilizada. Como a pele se manifesta de maneira diferente nas diferentes regiões do corpo, precisamos cuidar e montar diferentes protocolos para as elas.

As camadas da epiderme são (da mais superficial a mais profunda): estrato córneo, estrato lúcido, estrato granuloso, estrato espinhoso e estrato basal.

É na camada basal, a mais interna, que as células se multiplicam sucessivamente, por meio da mitose. Dessa maneira as células novas empurram as mais velhas em direção a parte mais externa: a superfície do corpo. Esse processo demora de 14 a 21 dias para completar.

A medida que as células epidérmicas envelhecem, elas ficam achatadas e começam a produzir e acumular dentro de si uma proteína conhecida como queratina. A queratina vai deixando a célula cada vez mais resistente e impermeável. Quando essas células estão repletas de queratina, elas morrem e passam a formar a camada córnea.

Na camada córnea os queratinócitos endurecem e se tornam os corneócitos, que são as células protetoras que ajudam a formar o manto hidrolipídico.

A derme está localizada logo abaixo da epiderme e pode ser dividida em camada papilar e a reticular. Essa camada é uma estrutura de suporte responsável por nutrir a epiderme. É a derme que contém o colágeno e a elastina, e também possui vasos linfáticos e sanguíneos, conseguindo levar nutrientes para toda a estrutura da pele.

Assimile

É a camada papilar que conecta a derme à epiderme. Nessa camada é que se localizam os receptores de toque, os capilares sanguíneos e linfáticos. A camada reticular é a mais profunda da derme, nela encontram-se os folículos pilosos, as glândulas, vasos sanguíneos e linfáticos, terminações nervosas, o colágeno e a elastina.

É o colágeno que dá força à pele, já a elastina promove elasticidade da pele. Quando a elastina estiver comprometida, irá causar flacidez tecidual.

Abaixo da derme fica localizado o tecido subcutâneo. Esse tecido subcutâneo é formado por tecido adiposo e tem como objetivo proteger o corpo do frio e de impactos. Também é responsável pelo contorno corporal e é uma importante fonte de energia.

Na pele também encontramos os anexos que são: pelos, unhas, glândulas sebáceas e sudoríparas. Cada um desses anexos possuem uma função específica.

Os pelos se originam no folículo piloso e são estruturas que não possuem nervos. A maior concentração de pelos é na cabeça, virilha e axila, membros superiores e inferiores. Devido à influência hormonal, os pelos crescem de maneira diferente nos homens e nas mulheres. A função do pelo é de proteção térmica, restringindo assim a dispersão de calor.

A unha é uma estrutura dura, formada por queratina, e tem como função proteger os dedos das mãos e dos pés.

As glândulas podem ser sebáceas ou sudoríparas. As glândulas sebáceas estão conectadas ao folículo piloso e são responsáveis em produzir óleo que irá proteger a superfície da pele. Quando esses canais se entopem os comedões são formados. As glândulas sudoríparas regulam a temperatura do corpo por meio do suor. Essas glândulas podem estar associadas ao folículo piloso ou ter abertura direta na pele.

Reflita

Você sabia que a glândula sebácea sempre está associada ao folículo piloso e a glândula sudorípara não? Por isso, na palma das mãos e na planta dos pés, não temos glândulas sebáceas, pois não há pelos, mas possuímos glândulas sudoríparas. Dessa maneira precisamos nos atentar em hidratar sempre essas regiões.

Após entendermos esse processo de renovação da pele do nosso corpo, entendemos que a limpeza de pele tem como principal objetivo remover as células mortas, extrair pontos sebáceos e comedões, para que o rosto fique com uma pele renovada e consiga receber e permear melhor os produtos que virão nos protocolos seguintes.

Mas para que a limpeza de pele seja bem realizada, você deve entender e identificar as alterações que surgem na pele.

Como vimos acima, os comedões aparecem quando há um entupimento no ducto da glândula sebácea, localizado desde a derme e podendo ir em direção a epiderme. O conteúdo do comedão é o sebo. Já o milium é um cisto epidérmico e seu conteúdo é queratina.

Para realizarmos a limpeza, precisamos fazer a extração das impurezas. Remover manualmente ajuda a desobstruir os poros e manter a pele saudável, mas é importante que você treine e aprenda todos os métodos para realizar uma extração segura, de forma adequada e sem deixar marcas no rosto do cliente.

Você deve higienizar a pele antes de começar a limpeza de pele e esfoliar. A esfoliação ajudará na retirada das células mortas da pele (por meio do atrito do produto esfoliante com a pele) e facilitará a emoliência (amolecimento dos comedões).

Para ajudar na extração, você pode utilizar vapor de ozônio ou máscara térmica. Esses dois recursos têm como finalidade amolecer a queratina por meio do calor. Mas você deve tomar cuidado pois o calor excessivo pode causar hiperemia e sensibilidade no cliente. O ideal é utilizarmos compressas de algodão embebidos no emoliente e depois associar um desses recursos tecnológicos.

Após a emoliência, você deverá estar utilizando luvas de procedimentos e então enrolar os 2° dedos no algodão. Os primeiros dedos são mais fortes e podem deixar marcas, comece usando o 2° e o 3° dedo, e conforme for tendo mais experiência poderá utilizar o 1° dedo. A pressão deve ser feita ao redor do comedão. Pode fazer primeiro no sentido de cruz e depois no sentido do X.

É comum, em alguns casos, você ter que marcar uma outra limpeza de pele para o cliente, afinal, o procedimento é doloroso, e dependendo da quantidade de comedões essa extração pode demorar. Para ajudar nessa tarefa, podemos utilizar um extrator de cravos, cujo uso exige muito cuidado, para que não lesione a pele e piore o quadro do cliente.

Pesquise mais

Para que você visualize como deve ser a extração, selecionamos os vídeos abaixo. São dois vídeos bem curtos. No primeiro, você conseguirá visualizar o movimento dos dedos para a retirada dos comedões, no segundo, o uso do extrator de cravos. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=3YOW-qbNETI>. Acesso em: 11 out. 2017.

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=biurNtoQ90k>. Acesso em: 11 out. 2017.

Sem medo de errar

Ótimo, agora é a hora de integrarmos esses conceitos que acabamos de aprender com o caso hipotético apresentado no diálogo aberto, vamos relembrá-lo?

Ana Clara é uma mãe cuidadosa que chega em seu espaço estético muito preocupada com sua filha, Denise – uma adolescente de 15 anos de idade que gosta de estudar, ler e praticar atividade física. A adolescente tem uma rotina intensa, dividindo seu tempo entre estudos e aulas de natação. Sua mãe começa a ficar preocupada, pois percebeu algumas lesões em sua pele; dentre essas lesões, ela relata o aparecimento mais frequente de espinhas e cravos, além de notar uma pele mais ressecada. Denise está ansiosa, pois vai a algumas festas e acabará usando uma maquiagem oleosa para esconder essas lesões em seu rosto. Além disso, ela tem cutucado a sua pele, causando algumas manchas, principalmente na região da testa. Durante a avaliação você encontrou uma oleosidade intensa, principalmente na zona T; algumas regiões ressecadas, como ao redor dos lábios e dos olhos, além de comedões abertos e fechados no nariz, queixo, testa e acne grau II na bochecha. Você também identificou algumas manchas na bochecha, mas são manchas superficiais.

Você já fez a avaliação da pele da paciente e está montando um protocolo para o tratamento. O primeiro passo é realizar uma limpeza de pele e, em seguida, identificar as lesões que ela apresenta. Como você irá atuar para que sejam amenizados os danos causados na pele? Como será realizada essa extração? O que ela apresenta são comedões ou miliuns? Qual a diferença entre eles?

Muito bem. Iniciaremos pela retirada de toda a maquiagem, seguida de uma higienização, para a retirada dos resíduos de produtos na pele. Feito isso, devemos realizar uma esfoliação, para facilitar a realização das extrações. Vamos colocar um emoliente e utilizar um vapor de ozônio ou uma máscara térmica, pois o calor também ajudará nas extrações. Deve-se tomar cuidado com as lesões de acne, para não machucar nossa cliente, tampouco deixar marcas em sua pele. Nós avaliamos e identificamos comedões, que são lesões que ocorrem devido a uma alteração, um entupimento

no folículo por onde o sebo sai. Já o milium é um cisto epidérmico, formado por queratina e não por sebo.

Avançando na prática

Esfoliação diária?

Descrição da situação-problema

Juliana tem 32 anos e está grávida de 4 meses. Sente que sua pele está ficando mais ressecada e com vários comedões pretos no nariz e queixo. Ela marcou uma limpeza de pele e durante a avaliação você identificou que ela tem fototipo 3, cabelos e olhos castanhos, pele mista com oleosidade na zona T. Ela tem o costume de usar hidratante facial durante o dia, e durante a noite usa pouca maquiagem, mas no último mês começou a esfoliar o rosto todos os dias para ver se reduz os comedões do nariz e do queixo. Você irá realizar a limpeza de pele. Você sabe que esfoliá-la diariamente não é correto. Como você deve orientar essa cliente?Como explicar para a Juliana que ela não deve esfoliar a pele todos os dias? Como orientar o que vai reduzir o aparecimento desses comedões?

Resolução da situação-problema

Muito bem, acabamos de ver que realmente é importante a esfoliação, mas a renovação da pele demora cerca de 14 a 21 dias, se ela continuar esfoliando o rosto diariamente, irá retirar toda a proteção da pele, isso pode ser uma das razões de sentir a pele seca, afinal, ela está tirando toda a proteção da pele.

Faça valer a pena

1. A pele é o maior órgão do corpo humano e faz parte do sistema tegumentar. Podemos dizer que nossa pele funciona como uma barreira, protegendo nosso organismo contra os elementos externos. Podemos encontrar, em cada 3 cm de pele, milhões de células, vasos sanguíneos e nervos, glândulas sudoríparas e sebáceas, pelos, terminações nervosas livres e receptores de pressão, calor e frio. A pele corresponde a cerca de 16% do peso corpóreo e sem ela não sobreviveríamos.

Assinale a alternativa correta que apresenta as funções da pele:
a) proteção, regulação de calor, regulação iônica, regulação hídrica e

respiração.
b) proteção, sensação, regulação de calor, excreção, secreção e absorção.
c) respiração, imunidade, proteção, excreção, absorção e produção de vitamina D.
d) distribuição de nutrientes, proteção, produção de vitamina D, excreção, absorção e respiração.
e) proteção, coloração da pele, regulação iônica, respiração, produção de vitamina D e sensação.

2. Leia o texto abaixo e depois responda:
É a camada _____ que conecta a derme à epiderme. Nessa camada, localizam-se os receptores de toque e os capilares sanguíneos e linfáticos. A camada _____ é a mais profunda da derme, nela encontram-se os folículos pilosos, as glândulas, os vasos sanguíneos e linfáticos, as terminações nervosas, o colágeno e a elastina. É o colágeno que dá _____ à pele, já a elastina promove _____ da pele. Uma vez que a elastina esteja comprometida irá causar _____.

Assinale a alternativa que complete corretamente as lacunas no texto acima:

a) reticular – papilar – elasticidade – força – flacidez tecidual.
b) papilar – germinativa – elasticidade – rigidez – estrias.
c) reticular – granulosa – rigidez – flexibilidade – flacidez muscular.
d) papilar – reticular – força – elasticidade – flacidez tecidual.
e) papilar – reticular – elasticidade – força – flacidez tecidual.

3. A pele pode ser dividida em duas partes: a epiderme e a derme. A epiderme é a camada mais externa da pele e não é vascularizada. Mesmo sem suprimento sanguíneo, possui diversas terminações nervosas e varia de espessura de acordo com a região do corpo humano. As camadas da epiderme são (da mais superficial a mais profunda): estrato córneo, estrato lúcido, estrato granuloso, estrato espinhoso e estrato basal.

Qual camada de epiderme tem como característica a multiplicação sucessiva das células por meio da mitose?

a) Córneo.
b) Lúcido.
c) Granuloso.
d) Espinhoso.
e) Basal.

Seção 2.2

Limpeza de pele e suas técnicas

Diálogo aberto

Olá aluno. Seja bem vindo à segunda parte da segunda unidade deste nosso livro didático. Nesta unidade estudaremos sobre a limpeza de pele bem como suas técnicas, o procedimento e o tempo de duração que a limpeza deve ter; entenderá o passo a passo da técnica, como deve ser feita do início até a sua finalização; conseguirá definir a ação da limpeza e suas funções nos diferentes protocolos estéticos faciais.

Para ficar mais fácil a compreensão, vamos retomar a situação apresentada no convite ao estudo: Denise é uma adolescente de 15 anos de idade, gosta de estudar, ler, praticar atividade física; tem uma rotina bem intensa, dividindo seu tempo entre os estudos e as aulas de natação Denise treina natação 5 vezes por semana durante 2 horas. Sua mãe começa a ficar preocupada pois percebeu algumas lesões na pele de sua filha, dentre essas lesões ela relata o aparecimento mais frequente de espinhas e cravos, além de perceber que sua pele está mais ressecada. Denise está ansiosa pois irá a algumas festas e acabará usando uma maquiagem oleosa para esconder essas lesões em sua pele. Além disso, ela tem cutucado o seu rosto, causando algumas manchas, principalmente na região da testa. Durante a avaliação você encontrou uma oleosidade intensa, principalmente na zona T; algumas regiões ressecadas (ao redor dos lábios e dos olhos); comedões abertos e fechados no nariz, queixo, testa e acne grau II na bochecha bem como algumas manchas superficiais.

Quais produtos estarão envolvidos nessa limpeza de pele? Como deve ser o passo a passo? Explique como realizará as extrações e quais recursos você poderá utilizar durante a limpeza. Será que ela será eficiente para melhorar a pele da Denise? Será que devemos começar pela limpeza de pele? Será que todos os tratamentos

podem ser iniciados com uma limpeza de pele? Quais são as indicações e contraindicações dessa técnica?

Para que você consiga responder todas essas questões, estude com atenção a seção Não pode faltar. Vamos lá, bons estudos!

Não pode faltar

Nos últimos anos, uma das áreas que mais tem avançado na estética é a dos cuidados com a pele. Isso aconteceu devido ao grande interesse da população na saúde, beleza e no envelhecer bem. A limpeza de pele é um dos procedimentos estéticos mais procurados pelos nossos clientes, mas só deve ser realizada por profissionais que estejam capacitados, que possuam conhecimento nas áreas de fisiologia, anatomia, fisiologia da pele, biótipo cutâneo, fotoproteção, além de microbiologia, biossegurança, recursos tecnológicos dentre outros.

A limpeza de pele é uma técnica muito realizada na face, mas também pode ser feita em outras regiões do corpo, como as costas e o peito. É uma técnica muito importante, pois além de remover as lesões superficiais da pele, como os comedões, auxilia na renovação celular, na hidratação da pele e na manutenção do manto hidrolipídico saudável.

A frequência dessa técnica deve ser de acordo com o tipo de pele do nosso cliente, mas geralmente a indicação é de 1 vez ao mês.

A limpeza de pele é importante em todos os protocolos faciais, pois esse procedimento prepara a pele para todos os demais, como a hidratação, a nutrição, o rejuvenescimento bem como outros tratamentos estéticos.

Muitos profissionais da área da saúde, inclusive médicos dermatologistas, têm percebido a importância da limpeza de pele para melhor resultado de tratamentos realizados em consultório. Por esse motivo, muitos profissionais da área da estética têm trabalhado em parceria com médicos, alcançando assim resultados satisfatórios para nossos clientes.

Assimile

A limpeza de pele facial é um procedimento que tem o intuito de melhorar a qualidade e o aspecto da pele de nossos clientes.

A limpeza de pele facial é um procedimento que tem o intuito de melhorar a qualidade e o aspecto da pele de nossos clientes. É importante que você entenda todos os benefícios das técnicas faciais que você trabalhará em cabine com seu cliente, dessa maneira, você demonstrará confiança e habilidade em sua prática.

Reflita

Você sabia que além de dominar a técnica apresentada, é importante que o profissional de estética tenha outras habilidades? As habilidades que você deve trabalhar no seu dia a dia são: habilidades técnicas, habilidades para o atendimento ao cliente, relacionamento, venda de produtos e protocolos, conhecimento, formação e comunicação. Você pode identificar em que área você tem mais facilidade de atuação? E a dificuldade, como você pode trabalhar para melhorá-la?

Podemos dizer que a limpeza de pele profunda tem como objetivos principais:

- Remover impurezas da pele.
- Abrir e limpar os poros.
- Promover a renovação celular.
- Preparar a pele para o tratamento facial.

E as contraindicações dessa técnica são:

• Peles com hipersensibilidade.

• Acne grau 3 e 4.

• Lesões abertas.

• Alergia a algum produto utilizado, como as fragrâncias, o álcool, trietanolamina dentre outros.

Dessa maneira começamos a entender a importância desse procedimento antes de iniciar qualquer tratamento proposto. A partir do momento que removermos as impurezas da pele, ela se renovará e se tornará mais saudável.

Exemplificando

Muitos profissionais da área de estética realizam como primeiro atendimento, de qualquer terapia proposta, a limpeza de pele. Foi-se o tempo em que apenas clientes com oleosidade procuravam esse tratamento. Sabe-se hoje que a limpeza de pele precede vários protocolos. Podemos exemplificar imaginando uma cliente que queira fazer um rejuvenescimento facial. Você pode desenvolver o protocolo direto, mas se realizar uma limpeza de pele antes, estará preparando a pele para receber melhor os princípios ativos utilizados, promovendo um resultado mais satisfatório.

A limpeza de pele é um procedimento que demora, em média, 60 a 90 minutos, dependendo de como ela se encontra. Podemos também dividir em duas sessões, fazendo um pouco numa semana e terminando na semana seguinte. Importante dar esse tempo para a pele descansar e apresentar resposta ao procedimento realizado. Por ser um tratamento mais demorado, é importante que o cliente esteja bem posicionado, confortável e tranquilo para receber todas as fases do tratamento.

Assimile

A preparação do ambiente é de extrema importância para um bom resultado e para a satisfação do nosso cliente. Precisamos explicar o tratamento realizado, o passo a passo para não gerar ansiedade ou qualquer outra preocupação. Esse preparo resultará em seu sucesso. Para isso:

• Explique o que será feito para o cliente, o passo a passo e os benefícios da técnica.

• Mostre os produtos que utilizará e deixe claro que todos são reconhecidos pela ANVISA.

• Avalie a pele.

• Promova um ambiente que leve ao relaxamento.

• Esteja com as unhas curtas e lixadas.

• Não utilize anéis, pulseiras e relógios, pois podem arranhar, machucar o cliente ou atrapalhar o procedimento em si.

• Siga o protocolo.

• Dê atenção e se preocupe com seu cliente

O passo a passo da limpeza de pele deve ser:

• Posicione do cliente.

• Coloque faixa ou touca para proteger os cabelos do seu cliente.

• Coloque toalha ou um lençol no pescoço e colo, protegendo assim a roupa do cliente.

• Remova a maquiagem.

• Limpe a pele com um higienizante.

• Realize uma esfoliação facial.

• Remova os grânulos do esfoliante.

• Aplique um tônico para equilibrar o pH da pele.

• Realize a emoliência utilizando o vapor de ozônio ou máscara térmica se necessário.

• Realize as extrações dos comedões e miliuns.

• Retire o produto com água e seque bem a pele.

• Aplique a alta frequência na pele.

• Aplique uma máscara calmante associada a uma massagem facial ou drenagem facial.

• Aplique o sérum o hidratante.

• Passe o protetor solar (quanto mais leve ao toque melhor será).

É sempre importante estar atento ao passo a passo, pois cada função terá uma resposta específica da pele.

Quando estamos avaliando uma pele que receberá a limpeza, é extremamente importante diferenciarmos as lesões, principalmente os comedões e os miliuns, que serão extraídos durante o procedimento e que, para tanto, deverão ser tratados de maneiras diferentes, a fim de não causarmos cicatrizes em nossos clientes.

Assimile

Os comedões são popularmente conhecidos como cravos. Ocorrem devido à obstrução de um folículo piloso da pele por sebo e queratina. Os comedões podem ser abertos (pontos brancos) ou fechados (pontos pretos). Já o milium é um cisto que é formado por excesso de queratina. Eles são superficiais e na maioria dos casos epidérmicos, podem variar de tamanho e são encontrados no corpo todo, mas muito frequentes na face, na região ao redor dos olhos.

Podemos dizer que a remoção manual das sujidades e dos comedões ajuda a desobstruir os poros, mas para que essa remoção seja eficiente é preciso muito treino e cuidado para que a extração seja realizada da maneira correta, sem deixar marcas no rosto do cliente.

Inicialmente a pele deve ser esfoliada antes da emoliência, para retirar as células mortas, afinando assim a camada córnea da pele. O emoliente tem a função de amolecer os comedões, assim, podemos retirá-los mais facilmente da pele sem causar agressões.

Não devemos cutucar a pele do cliente, mas sim realizar as extrações de maneira correta e responsável.

É essencial que o profissional de estética esteja usando luvas durante as extrações. Existem basicamente dois métodos para

a retirada dos comedões da pele. Você pode usar os dedos indicadores protegidos por luvas e envoltos num algodão, ou então usar um extrator de comedão, que é um objeto de metal utilizado para extrair comedões, principalmente em regiões difíceis, como a asa no nariz e dentro das orelhas.

Após realizar as extrações é importante que retire todo o produto do rosto com algodão e água, nesse momento você também deve trocar a luva, assim garantimos que todo produto emoliente saia da pele de nosso cliente.

A partir desse momento, partimos para a finalização do processo para então realizarmos a aplicação da alta frequência, a fim de que essa pele se recupere mais rápido.

Exemplificando

Podemos citar como exemplo um cliente que tenha feito limpeza de pele e apresenta pontos com sangue devido à extração. Aplicamos em cima desses pontos a alta frequência para estimular o processo de cicatrização. Caso não tenha esses pontos de sangue, podemos passar esse aparelho com o intuito de acalmar, oxigenar a pele. (Além disso ele possui efeito bactericida, bacteriostático e fungicida.)

Após o uso da alta frequência, podemos realizar uma massagem facial ou uma drenagem linfática manual com o intuito de promover relaxamento, melhorar a circulação sanguínea e linfática da região bem como o metabolismo celular, além de permitir que os princípios ativos penetrem com mais eficiência.

A massagem pode ser feita com um sérum, um creme ou uma máscara de tratamento.

Escolhemos a máscara de acordo com a necessidade do nosso cliente, e elas podem ser:

- Máscaras de argila: possuem na sua composição íons livres. Cada cor tem uma função especifica devido às concentrações de produtos minerais; têm a função de retirar a oleosidade da pele e, quando associadas a algum gel ou creme, permitem que seus princípios ativos penetrem na pele.

• Máscaras cremosas: essas máscaras são ideais em tratamentos calmantes, nutritivos e hidratantes. Podem ser encontradas com diversos princípios ativos, entre eles lanolina, lavanda, silício orgânico, ouro dentre outros.

• Máscaras em gel: têm função refrescante e calmante, são muito utilizadas na limpeza de pele pois podem ser utilizadas em todos os tipos de pele.

• Máscaras hidroplásticas: essas máscaras são em pó e precisam ser preparadas no momento em que serão utilizadas. São potencializadoras de tratamento, ou seja, permitem que o princípio ativo utilizado antes da máscara hidroplástica seja absorvido com mais eficiência.

• Máscara de porcelana ou gipsita: é uma máscara em pó que também deve ser preparada no momento em que será utilizada; tem a função de modelar e ocluir, o que facilita a penetração dos produtos na pele.

Utilizamos a máscara de acordo com o fabricante e então aplicamos o protetor solar de acordo com as instruções disponíveis no próprio frasco.

Em sua clínica, você deve ter o protetor solar com fator de proteção acima de 30 bem como um protetor específico para pele oleosa, geralmente é em forma de gel, um para pele seca e outro para pele mista, além de possuir um que seja para peles sensíveis. Nos dias de hoje, no mercado de cosméticos, temos várias opções, inclusive protetores solares que você pode utilizar em qualquer tipo de pele.

Após a limpeza de pele o protetor ideal deve ser de textura leve, exatamente para não obstruir os poros novamente. Devemos sempre nos lembrar que manipulamos muito a pele do nosso cliente e, por isso, devemos deixá-la descansar. O protetor ideal a ser utilizado é o protetor solar em pó. Existem várias marcas, inclusive com cor e translúcido.

Na hora da aplicação você deve usar uma gaze ou algodão limpos, retirar o pó do frasco com a gaze e passar na pele. Após o

contato da gaze ou do algodão com a pele, você deve descartá-la(o), assim evitamos contaminação do pó que estamos utilizando.

É comum após a limpeza de pele nossos clientes utilizarem maquiagem, mas isso é errado; devemos orientá-los a ficar pelo menos um dia sem maquiagem no rosto. Se não conseguirem devido ao trabalho, pedimos que usem apenas o pó facial a fim de uma maquiagem leve, do contrário, os poros podem ser obstruídos novamente.

A limpeza de pele deve ser feita com bastante cuidado e responsabilidade, pois sensibiliza a pele do nosso cliente e, dependendo de quantas extrações forem feitas, pode irritá-la, demorando até 2 dias para se recuperar. Por isso é importante que nosso cliente tenha alguns cuidados após a limpeza de pele:

- Usar protetor solar diariamente.
- Usar esfoliante facial apenas 1 semana após o procedimento.
- Utilizar produtos com ação calmante, como água termal.
- Se estiver utilizando ácidos no rosto deve parar 1 semana antes da limpeza de pele e voltar a utilizar 1 semana após o procedimento.

Quando realizamos a limpeza de pele segundo o passo a passo e com todos os cuidados necessários, podemos ter a certeza de que essa pele se renovará e, consequentemente, a autoestima de nossos clientes irá aumentar.

A limpeza de pele é um procedimento que tem a finalidade de limpar a pele e retirar os comedões. O desincruste é um procedimento que tem a finalidade de retirar a oleosidade da pele. O desincruste pode ser feito uma semana antes da limpeza e a cada 15 dias quando a pele for oleosa.

Nós utilizamos o extrator de cravos apenas em regiões de difíceis acessos, por exemplo, na região lateral do nariz, dentro da orelha e naqueles comedões mais difíceis de serem retirados.

Os produtos utilizados são sempre de acordo com a pele do nosso cliente, mas o ideal é sempre utilizarmos produtos para peles sensíveis, evitando qualquer reação adversa.

Pesquise mais

Para você entender melhor o passo a passo da limpeza de pele, sugiro que você pesquise no livro Fundamentos de Estética Miladys Standard, volume 4, escrito por Joel Gerson e colaboradores da Cencange Learning, o capítulo 2, das páginas 46 a 49. Nessas páginas você encontrará o passo a passo das extrações realizadas na limpeza de pele.

Sem medo de errar

Agora que você já aprendeu sobre a limpeza de pele, vamos retomar a situação problema apresentada no "Diálogo Aberto": a Denise, adolescente de 15 anos de idade apresenta algumas lesões na pele, dentre elas, relata o aparecimento mais frequente de espinhas e cravos, além de perceber que sua pele está mais ressecada. Denise tem usado uma maquiagem oleosa para esconder essas lesões no seu rosto e sempre as cutuca, causando algumas manchas, principalmente na região da testa. Durante a avaliação você encontrou uma oleosidade intensa principalmente na zona T e regiões ressecadas (ao redor dos lábios e dos olhos) bem como comedões abertos e fechados no nariz, queixo, testa e acne grau II na bochecha. Você também identificou algumas manchas na bochecha, mas são manchas superficiais. Ao elaborar o tratamento de Denise: Quais produtos estarão envolvidos nessa limpeza de pele? Como deve ser o passo a passo? Explique como realizará as extrações e quais recursos você poderá utilizar durante a limpeza de pele. Será que a limpeza será eficiente para melhorar a pele da Denise? Será que devemos começar pela limpeza de pele? Será que todos os tratamentos podem ser iniciados com uma limpeza de pele? Quais são as indicações e contraindicações dessa técnica?

Muito bem, agora você já sabe realizar a limpeza de pele; logo, deve posicionar a Denise de maneira confortável, limpar sua pele e realizar uma esfoliação com esfoliante específico para o rosto. Lembre-se que o peso da mão faz toda a diferença no momento da esfoliação, por isso, deve realizar movimentos leves e suaves durante essa fase. Feito isso, tonificamos a pele com um tônico adstringente, pois ela possui pele oleosa; deixamos a pele dela

descansar alguns minutos enquanto preparamos as compressas de algodão com o emoliente. Aplicamos na sua pele e esperamos o tempo determinado pelo fabricante do produto que estamos utilizando, esse tempo varia de 10 a 15 minutos. Se tivermos o vapor de ozônio podemos aplicar nesse momento para potencializar o emoliente; realizamos as extrações dos comedões com bastante cuidado; após extrairmos todos os comedões, retiramos o produto com algodão e água e aplicamos o aparelho de alta frequência principalmente nas regiões em que apresenta lesões de acne; aplicamos uma máscara calmante em sua pele e realizamos a drenagem linfática manual. Em seguida aplicamos o protetor solar e a orientamos a não treinar no dia do procedimento. Ela deve ser instruída a utilizar um hidratante específico para peles mistas pela manhã e após o treino de natação. Ela deve utilizar o protetor solar diariamente e parar de cutucar a pele, pois a limpeza retirou as sujidades e essa prática estará levando sujidades novamente para dentro dos poros, podendo acarretar cicatrizes e manchas na pele.

As indicações da limpeza de pele são:

- Remoção de impurezas da pele.
- Abertura e limpeza dos poros.
- Renovação celular.
- Preparação da pele para tratamentos faciais.

As contraindicações dessa técnica são:

- Peles com hipersensibilidade.
- Acne grau 3 e 4.
- Lesões abertas.
- Alergia a algum produto utilizado.

Como vimos no decorrer dessa seção, a limpeza de pele pode ser utilizada antes de todos os procedimentos faciais, pois prepara a pele para receber melhor os princípios ativos que utilizaremos.

Avançando na prática

Limpeza de pele acneica

Descrição da situação-problema

Vinícius é um jovem de 21 anos; trabalha com reposição de materiais numa loja de materiais para construção, por isso acaba ficando muito exposto a poeiras. Não pratica atividade física com regularidade, mas quando consegue uma folga, gosta de andar de skates nos parques próximos à sua casa. Nunca cuidou de sua pele, mas começou a apresentar acne grau 2 e comedões abertos e fechados na face, orelha e também nas costas. Foi na sua clínica com a intenção de começar um tratamento para diminuir a oleosidade da pele, mas não quer fazer limpeza de pele, pois tem medo de que sinta muita dor.

Como você poderá convencê-lo a aceitar a limpeza de pele? Qual tratamento você indicaria nesse caso e quais cuidados ele terá que tomar a partir de agora?

Resolução da situação-problema

É muito comum as pessoas terem medo de receber limpeza de pele devido a dor, isso acontece pois muitas vezes esses clientes ficam cutucando a pele e acabam se machucando. O primeiro passo para que o Vinícius se convença de que a limpeza de pele é essencial é você explicar exatamente como é feito o procedimento. Explique também que não estará extraindo as espinhas inflamadas, mas sim as sujidades e os comedões com o auxílio de um produto que ajuda nessas extrações, deixando o comedão mais fácil de ser eliminado. Depois você deve falar que se ele não fizer uma limpeza de pele antes de começar o tratamento, pode ser que os resultados não sejam tão eficientes, pois a limpeza de pele prepara a pele para os demais tratamentos faciais.

O Vinicius também tem que entender que ele irá tomar mais cuidados com sua pele, terá que higienizar diariamente e usar um hidratante específico para pele oleosa, assim como um protetor solar.

Também deixe clara a importância da realização da limpeza de pele na face e nas costas, e que não precisa ser feito todos esses procedimentos num dia apenas.

Explique que ele perceberá a diferença na pele após a sessão, e que se ele tomar os cuidados necessários, já perceberá melhora do quadro na primeira semana.

O melhor tratamento nesse caso seria a realização da limpeza de pele pelo menos 1 vez ao mês, aplicação de aparelho de alta frequência nas lesões de acne semanalmente e um protocolo para diminuir a oleosidade que deverá ser seguido dos cuidados de home care.

Faça valer a pena

1. Nos últimos anos, uma das áreas que mais tem avançado na Estética é a dos cuidados com a pele. Isso aconteceu devido ao grande interesse da população na saúde, beleza e no envelhecer bem. Leia as afirmativas abaixo sobre a limpeza de pele e classifique-as em Verdadeira (V) ou Falsa (F). Depois assinale a ordem correta de V (verdadeira) e F (falsa).

( ) A limpeza de pele é um dos procedimentos estéticos mais procurados pelos nossos clientes.

( ) A limpeza de pele é uma técnica realizada apenas na face.

( ) A limpeza de pele é uma técnica muito importante, pois além de remover as lesões superficiais da pele, como os comedões, auxilia na renovação celular, na hidratação da pele e na manutenção do manto hidrolipídico saudável.

( ) A limpeza de pele deve ser realizada semanalmente, evitando assim o aparecimento de novas lesões.

A ordem correta de V (verdadeira) e F (falsa) é:

a) V – V – V – V
b) F – V – F – V
c) V – V – F – F
d) V – F – V – F
e) V – V – V – F

2. A preparação do ambiente é de extrema importância para um bom resultado e satisfação do nosso cliente. Precisamos explicar o tratamento realizado, o passo a passo para não gerar ansiedade ou qualquer outra

preocupação. Esse preparo é importante para se obter o sucesso. Quando pensamos em realizar uma limpeza de pele, existem passos que devem ser seguidos.

Qual o nome do passo que irá permitir o amolecimento dos comedões para que seja mais fácil sua retirada?

a) Emoliência da pele.
b) Esfoliação da pele.
c) Higienização da pele.
d) Demaquilar a pele.
e) Aplicação de máscara revitalizadora.

3. Após a limpeza de pele, o protetor ideal deve ser de textura _____, exatamente para não obstruir os _____ novamente. Devemos sempre nos lembrar que manipulamos muito a pele do nosso cliente e, por isso, devemos deixá-la descansar. O protetor ideal a ser utilizado é o protetor solar em _____. Existem várias marcas, inclusive com cor e translúcido. Na hora da aplicação, você deve usar uma gaze ou algodão limpos e passar na pele. Após o contato da gaze ou do algodão com a pele você deve descarta-lo(a), assim evitamos _____ do produto.

Assinale a alternativa que complete corretamente as lacunas no texto acima:

a) Pesada – Poros – Gel – Contaminação
b) Leve – Folículos Pilosos – Gel – Contaminação
c) Leve – Poros – Pó – Contaminação
d) Oleosa – Poros – Creme – Contaminação
e) Seca – Poros – Serum – Contaminação

Seção 2.3

Esfoliação, abertura de poros – com práticas de extração e finalização

Diálogo aberto

Olá aluno. Seja bem-vindo à terceira parte da segunda unidade deste nosso livro didático. Nesta unidade estudaremos sobre a esfoliação, a abertura dos poros, as extrações de comedões e a finalização da limpeza de pele. Você aprenderá sobre a ação dos esfoliantes faciais e suas funções nos protocolos estéticos; entenderá o passo a passo da emoliência, suas funções e importância; entenderá a ação das extrações dos comedões e sua função nos diferentes protocolos faciais; como essas extrações são feitas, os equipamentos que podem ser utilizados e, finalmente, como deve ser a finalização e suas funções nos diferentes protocolos estéticos faciais. Para ficar mais fácil a compreensão, vamos retomar a situação apresentada no convite ao estudo: Denise é uma adolescente de 15 anos de idade, gosta de estudar, ler, praticar atividade física e tem uma rotina bem intensa dividindo seu tempo entre os estudos e as aulas de natação. Denise treina 5 vezes por semana durante 2 horas. Sua mãe começou a ficar preocupada pois percebeu algumas lesões na pele de sua filha, dentre essas lesões há o aparecimento mais frequente de espinhas e cravos, e ressecamento facial. Denise está ansiosa pois vai a algumas festas e acabará usando uma maquiagem oleosa para esconder essas lesões em seu rosto. Além disso, ela tem cutucado a sua pele, causando algumas manchas, principalmente na região da testa. Durante a avaliação você encontrou uma oleosidade intensa principalmente na zona T e regiões ressecadas (ao redor dos lábios e dos olhos); notou que a adolescente apresenta comedões abertos e fechados no nariz, queixo, testa e acne grau II na bochecha. Você também identificou algumas manchas na bochecha, mas são manchas superficiais.

Como você atuará nessa pele? Será que ela realmente precisa esfoliar o rosto? Qual a importância dessa esfoliação facial para a nossa cliente? Qual tipo de esfoliante você utilizará? Qual deve ser a frequência dessa esfoliação? Após a esfoliação, que tipo de produto

você utilizará? Qual a importância dessa finalização?

Não pode faltar

Você já deve ter visto vários tipos de esfoliantes no mercado da estética, e o número de produtos com essa função tem crescido cada dia mais. Mas, você conhece como é feita a esfoliação? Afinal, quais são os objetivos de uma esfoliação cutânea e quais tipos de produto você pode utilizar? Vamos conhecer então!

Esfoliantes

Assim como outros procedimentos faciais, como a limpeza e a hidratação, a esfoliação é um procedimento extremamente importante para os cuidados com a pele e o equilíbrio dessas estruturas, não apenas a facial, mas também a corporal. No entanto, esse procedimento, muitas vezes, é ignorado ou realizado de forma incorreta. Por isso é importante que você, como profissional da área de estética e cosmética, saiba realizar esse procedimento e orientar seu cliente quanto a esses cuidados com a pele. Mas afinal, para que serve a esfoliação?

A esfoliação tem como objetivo limpar profundamente a pele retirando assim os resíduos de produtos e as células mortas por meio de uma descamação ou abrasão em contato com a pele.

Esse procedimento é indicado para todos os tipos de pele, ou seja, todos nós podemos realizá-lo, tendo como agente diferenciador, para cada tipo cutâneo, o tipo de esfoliante utilizado e sua aplicação.

Figura 2.3 | Tipos de esfoliantes

Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/spa-ainda-vida-com-flores-de-cerejeira-esfolia%C3%A7%C3%A3o-de-sal-e-mel-gm154952882-16115442>. Acesso em: 31 out. 2017.

Assimile

Lembre-se sempre que você precisa avaliar a pele de seu cliente. Essa análise deve começar a partir do momento em que ele entra em sua clínica; você deve observá-lo e escutá-lo para que, dessa maneira, saiba quais são suas expectativas sobre os tratamentos e se essas expectativas são reais.

Muitas vezes o único momento em que seu cliente consegue relaxar é quando ele vem ser atendido, por isso você deve fazer com que esse momento seja tranquilo, relaxante e memorável.

A nossa pele é um órgão em constante crescimento. Dessa maneira entendemos que a cada dia as células se dividem na camada basal da epiderme e inicia assim a sua renovação, sempre de dentro para fora, em direção às camadas superiores, até alcançar o extrato córneo. A partir do momento que novas células estão crescendo, as mais antigas começam a se desprender da pele, sendo um evento diário normal para a homeostase de nosso corpo.

Além de limpar a pele, a esfoliação, quando realizada da maneira correta, promove uma aparência mais saudável da pele, estimula a renovação celular e também acaba tendo função primordial em vários tratamentos de pele, como tratamentos de acne, manchas, rejuvenescimento, dentre outros.

A esfoliação é importante pois, além de deixar a pele livre das impurezas, melhora a absorção do produto que virá a seguir, potencializando assim os tratamentos estéticos.

Mas é importante que algumas regras sejam seguidas ao aplicar um esfoliante:

- A pele deve estar limpa, sem maquiagem, para que a retirada das células mortas seja mais eficaz.

- O esfoliante deve ser de acordo com a região a ser tratada. Você não deve usar um esfoliante corporal na face, pois os grânulos são de tamanhos diferentes e podem machucar a região a ser tratada.

• A frequência será sempre de acordo com o tipo de pele do cliente e os cuidados diários que ele tem.

• Aplicação: no momento da aplicação a sua mão deve ser leve, não pode causar hiperemia em seu cliente. A limpeza profunda ocorre devido aos grãos que contém no produto

Exemplificando

Se você está realizando a esfoliação facial em seu cliente e a pele começou a ficar hiperêmica, ou seja, se o seu cliente começou a apresentar vermelhidão no local em que você está aplicando o esfoliante, você deve parar de estimulá-la e ir para outra área, fazendo menos força. Se a vermelhidão continuar na outra área pode ser uma sensibilidade ou alergia ao produto utilizado, se a outra região não ficou vermelha é porque a pressão da sua mão está correta, e na área vermelha a pressão estava mais alta.

Você deve ter sempre em mente que cada esfoliante será aplicado de uma maneira, mas o cuidado após a esfoliação será sempre o mesmo: hidratar a pele e protegê-la com um protetor solar.

Reflita

Você sabia que a esfoliação é importante no preparo para o bronzeamento? Se o seu cliente realizar algumas esfoliações meses antes da exposição solar, seu bronzeado será mais uniforme e duradouro; sabe o porquê? Porque a pele estará melhor preparada para receber o sol, sem células mortas e muito mais hidratada.

O esfoliante pode ser classificado em:

• Físico – são os mais conhecidos e utilizados. São aqueles esfoliantes que possuem grânulos em sua composição.

• Químico – esse tipo de esfoliação utiliza ativos que reagem com a pele. No geral podemos dizer que são os ácidos, dentre eles, os mais conhecidos são o mandélico, salicílico, glicólico e retinoico.

• Enzimático – é um tipo de peeling mais moderno, muito utilizado em pessoas com a pele muito sensível. Aplica-se uma máscara contendo enzimas proteolíticas. Essas enzimas dissolvem as proteínas da pele, que serão removidas com a higienização.

A esfoliação é um procedimento importante, mas apresenta contraindicações. Não realizamos esfoliação em abdomens de mulheres grávidas, por exemplo, bem como quando a pele:

• É muito sensível e apresenta irritabilidade.

• Apresenta dermatite atópica.

• Apresenta psoríase.

• Apresenta micose.

• Apresenta lesões.

• Apresenta queimaduras.

• Apresenta inflamação.

• Apresenta acne de grau 3 ou 4.

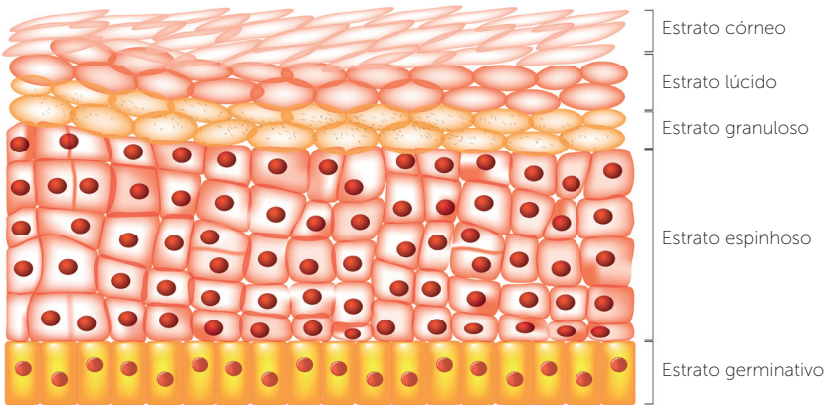
Emoliência

Os emolientes são substâncias que têm como função amaciar a pele. Essas substâncias dão flexibilidade e formam uma camada protetora na pele que previne a perda de água. Geralmente são compostos por óleos vegetais, ácidos graxos e lipídios não gordurosos, que têm uma facilidade na aplicação, pois são mais fluidos.

Os emolientes permitem uma maior flexibilidade cutânea, pois diminuem a perda de água da pele, mantendo o nível adequado de umidade no estrato córneo.

Figura 2.4 | Camadas da Epiderme

Camadas da Epiderme



Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/vetor/camadas-da-epiderme-gm645164990-117110073>. Acesso em 01 nov. 2017.

Assimile

A presença de água no interior das células córneas é que mantém a maciez e a elasticidade da pele das pessoas. Conforme a pele vai envelhecendo e recebendo agressões do meio externo, a pele vai perdendo a capacidade de retenção hídrica, tornando-se ressecada e apresentando rugas, que podem ser dinâmicas ou estáticas. Dessa maneira você consegue entender mais facilmente que a adição de agentes emolientes se torna super eficaz na prevenção de rugas e de pele seca.

Lembre-se que o emoliente na limpeza de pele tem a função de amolecer os comedões para que seja mais fácil sua retirada.

A emoliência também ajuda a abrir os poros e, para isso, pode-se utilizar, associado a esse produto, o vapor de ozônio, que ajudará no amolecimento da pele, facilitando assim a retirada de sujidades e impurezas. Cada máscara tem um tempo determinado para ficar na pele, mas geralmente, o tempo varia de 5 a 15 minutos.

Reflita

Você sabia que durante a aplicação do emoliente associado ao vapor de ozônio você pode fazer outras coisas com seu cliente? Você já pensou em utilizar esse tempo para fazer uma massagem nas mãos, nos pés ou até mesmo no couro cabeludo? Como você acha que seu cliente irá reagir? Posso lhe garantir que ele irá se sentir muito bem e perceberá um diferencial em seu atendimento.

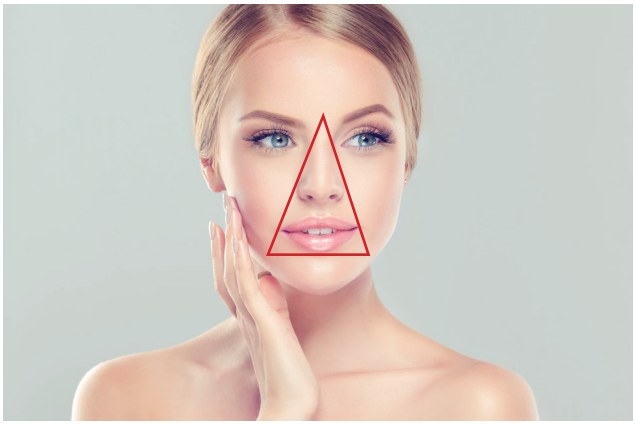
Extração

No momento em que realizar as extrações você deve ter em mente que está promovendo a liberação daquele poro que está congestionado com sebo; dessa maneira, a pele irá responder muito melhor e ficará mais saudável.

Muitas pessoas têm o costume de cutucar a pele e retirar esses cravos de maneira errada, piorando o quadro e a saúde de sua pele. Dessa maneira você deve orientar e mostrar que a limpeza de pele deve ser feita por um profissional capacitado.

Existe uma área no rosto, que fica entre as sobrancelhas até a parte de baixo do lábio inferior, chamada de triângulo perigoso. Essa área é muito vascularizada e tem uma maior propensão à infecção bacteriana, por isso, essa região não deve ser espremida se não for por um profissional.

Figura 2.5 | Triângulo perigoso



Fonte: adaptada de <https://www.istockphoto.com/br/foto/portrait-of-young-woman-with-clean-freshskin-and-soft-delicate-make-up-gm669691994-122404507>. Acesso em: 2 nov. 2017.

A extração deve ser sempre feita com cuidado e com segurança. O profissional deve usar luvas, máscara e touca, ou seja, seus equipamentos de proteção individual. Já o cliente deve estar bem posicionado, relaxado, para que as extrações sejam eficazes e rápidas.

Você pode utilizar o extrator de cravos para retirar aqueles que estão mais profundos na pele ou então de áreas mais difíceis, como o centro do pavilhão auricular e a lateral do nariz. Existem alguns tipos de extratores de cravos, como os que possuem uma argola numa das pontas, as canetas extratoras e os a vácuo – que têm sido muito procurados nos dias de hoje e também são eficazes. O que você deve ter sempre em mente é que para ter uma boa limpeza de pele, é necessária uma boa emoliência e não machucar a pele de seu cliente.

Pesquise mais

Para você estudar e aprender mais sobre como deve ser feita a extração utilizando um extrator de cravos, veja o vídeo: Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=nT96zzOHnQQ>. Acesso em:11 dez. 2017. Esse vídeo é bem bacana pois você conseguirá identificar 2 tipos de extratores de cravos. Além disso, sugerimos um segundo vídeo em que você pode ver uma caneta que realiza as extrações sem deixar marcas. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=ig2wNvthJTk>. Acesso em: 11 dez. 2017.

Esse procedimento pode causar dor e por isso devemos fazer com muito cuidado. Usamos loção antisséptica e, após as extrações, retiramos o excesso de produto da pele com algodão e água e então aplicamos o aparelho de alta frequência.

Finalização

Após a extração dos comedões você deve partir para a finalização do processo de limpeza de pele.

Deve retirar todos os produtos da pele com um algodão umedecido, sem deixar nenhum vestígio de produto.

Após essa retirada, aplique a alta frequência, que tem como finalidade promover uma ação bactericida e fungicida. É muito importante pois evita a proliferação de bactérias na pele.

Figura 2.6 | Aparelho de Alta Frequência

Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/beauty-treatment-of-face-skin-with-high-frequency-infrared-spot-gm638747448-114720569>. Acesso em: 2 nov. 2017.

Após a aplicação do aparelho de alta frequência, realize uma drenagem linfática facial e aplique uma máscara calmante. A máscara pode ter princípios ativos calmantes, por exemplo, azuleno, camomila, aloe vera (que também é hidratante), tília, dentre outros.

Após a aplicação da máscara e retirada do excesso, você deve aplicar o protetor solar, importantíssimo para que a pele não seja queimada.

Nos dias de hoje temos vários tipos de protetores solares, você pode escolher de acordo com a pele do seu cliente. O ideal é que seja de textura leve e não obstrua os poros.

Pesquise mais

Para você estudar e aprender mais sobre o uso do aparelho de alta frequência no tratamento da acne leia o artigo a seguir. Disponível em: <http://repositorio.ufc.br/ri/bitstream/riufc/11148/1/2014_art_mpccardoso.htm>. Acesso em: 11 dez. 2017. Esse artigo fala sobre um estudo realizado com mulheres que fizeram a limpeza de pele e utilizaram o aparelho de alta frequência.

Sem medo de errar

Ótimo, agora é a hora de integrarmos esses conceitos que acabamos de aprender com o caso hipotético apresentado no diálogo aberto, vamos relembrá-lo?

Ana Clara é uma mãe cuidadosa que chega no seu espaço estético muito preocupada com sua filha Denise, uma adolescente de 15 anos de idade que gosta de estudar, ler, praticar atividade física e que tem uma rotina intensa, dividindo seu tempo entre os estudos e aulas de natação. Sua mãe começa a ficar preocupada pois percebeu algumas lesões na pele de sua filha, dentre essas lesões, ela relata o aparecimento mais frequente de espinhas e cravos, além de notar uma pele mais ressecada. Denise está ansiosa pois participará de algumas festas e acabará usando uma maquiagem oleosa para esconder essas lesões em seu rosto; além disso, ela tem cutucado a sua pele, causando algumas manchas, principalmente na região da testa. Durante a avaliação você encontrou uma oleosidade intensa, principalmente na zona T, e regiões ressecadas (ao redor dos lábios e dos olhos). Denise apresenta comedões abertos e fechados no nariz, queixo, testa e acne grau II na bochecha. Você também identificou algumas manchas na bochecha, mas são manchas superficiais.

Como você atuará nessa pele? Será que ela realmente precisa de esfoliação? Qual a importância desse procedimento para nossa cliente? Qual tipo de esfoliante você utilizará? Qual deve ser a frequência dessa esfoliação? Após a esfoliação, que tipo de produto você utilizará? Qual a importância dessa finalização?

Você pode perceber, por esse relato, que a pele de Denise precisa muito de uma limpeza, afinal, você precisa retirar todos os comedões e descongestionar sua pele para que fique mais saudável. Comece escolhendo o esfoliante. E então? Qual o esfoliante ideal para você utilizar? Você pode escolher um esfoliante físico, com grânulos pequenos, assim você consegue esfoliar a pele sem causar nenhuma lesão. A esfoliação é muito importante para promover uma pele mais saudável e mais cuidada, você precisa afiná-la para que os produtos utilizados sejam mais eficazes. A sua cliente deverá

ter uma rotina de cuidados na pele: higienizar, tonificar e hidratar. Ela poderá esfoliar a pele 1 vez na semana, devido a sua oleosidade. Se ela fizer um tratamento com você, sugira que não esfolie a pele, pois você poderá esfoliar 1 vez na semana. Feito isso você utilizará um creme hidratante que não seja oleoso, para melhorar a acne que ela tem no rosto. Você pode usar um creme com princípios ativos calmantes, como o azuleno e a tília. Oriente a Denise a sempre usar o protetor solar e reaplicá-lo pelo menos 3 vezes ao dia, principalmente após os treinos de natação.

Avançando na prática

Esfoliação corporal e facial?

Descrição da situação-problema

Orlanda é uma senhora de 70 anos de idade, é aposentada, caminha pelas manhãs e faz trabalho social ensinando trabalhos manuais numa ONG na cidade onde mora. Todos os dias acorda pela manhã e toma banho, realiza suas atividades e quando chega a noite toma banho novamente e hidrata seu corpo. Ela assistiu na televisão uma famosa dizer que esfolia o corpo e o rosto 3 vezes na semana. Ela então quis seguir os conselhos dessa artista, comprou um esfoliante para o corpo e durante 3 vezes na semana esfolia o corpo e o rosto com esse produto. Ela procurou seus serviços pois começou a perceber que sua pele está ressecada e seu rosto está descamando e com sensibilidade aumentada. Como você orientará essa cliente a prosseguir? Por que ela não deve esfoliar tanto o rosto? Existe algum problema em usar o esfoliante do corpo no rosto? Qual?

Resolução da situação-problema

Muitos de seus clientes farão como a Orlanda, assitirão a TV e quererão o mesmo resultado. Primeiramente você deve explicar que, por ela ter 70 anos de idade, sua pele necessita de maiores cuidados, ela precisa de mais hidratação e menos esfoliação. Ela poderá esfoliar 1 vez ao mês e ser mais criteriosa quanto ao produto utilizado. Precisa explicar que a esfoliação corporal é diferente da facial, por esse motivo, os grânulos são diferentes. A facial deve ser mais fina, mais suave, já a corporal não. Nesse momento ela

irá parar de usar o esfoliante e irá caprichar na hidratação, dê preferência para princípios ativos calmantes para essa pele que está muito sensível. Peça para que ela use protetor solar diariamente e reaplique-o quando necessário.

Faça valer a pena

1. Assim como outros procedimentos faciais, como a limpeza e a hidratação, a esfoliação é um procedimento extremamente importante para os cuidados com a pele e o equilíbrio dessas estruturas, não apenas a facial, mas a corporal também. No entanto, esse procedimento é muitas vezes ignorado ou então realizado de forma incorreta. Por isso, é importante que você, como profissional da área de estética e cosmética saiba realizar esse procedimento e orientar seu cliente quanto a esses cuidados com a pele. Qual a função da esfoliação facial ou corporal?

Assinale a alternativa correta:

a) hidratação da pele.
b) retirada de comedões da pele.
c) retirada de células mortas da camada córnea.
d) realizar a emoliência da pele.
e) finalizar a limpeza de pele.

2. A nossa pele é um órgão em constante crescimento. Dessa maneira entendemos que a cada dia as células se dividem na camada basal da epiderme. Inicia-se, assim, a sua renovação, sempre de dentro para fora, em direção às camadas superiores até alcançar o extrato córneo. A partir do momento em que novas células estão crescendo, as mais antigas começam a se desprender da pele sendo um evento diário normal para a homeostase de nosso corpo. Leia as afirmativas abaixo e depois responda:

I – Os esfoliantes físicos são os mais conhecidos e utilizados. São aqueles esfoliantes que possuem grânulos em sua composição.
II – Os esfoliantes químicos utilizam ativos que reagem com a pele. No geral, podemos dizer que são os ácidos; dentre eles, os mais conhecidos são o mandélico, salicílico, glicólico e retinoico.
III – Os esfoliantes enzimáticos são um tipo de peeling mais moderno, muito utilizado em pessoas com a pele muito sensível. Aplica-se uma máscara contendo enzimas proteolíticas que dissolvem as proteínas da pele, que são removidas com a higienização.
IV – Todos devem fazer esfoliação, inclusive quem tem dermatite, pois ajudará na renovação celular.

Dessas afirmativas acima descritas, assinale apenas a alternativa correta:

a) I, II e III.
b) I e IV.
c) I, III e IV.
d) II, III e IV.
e) I e III.

3. Após a extração dos comedões, partimos para a finalização do processo de limpeza de pele. De acordo com a finalização, leia as afirmativas abaixo classificando-as em V, quando forem verdadeiras, e F, quando forem falsas.

( ) Devemos retirar todos os produtos da pele com um algodão umedecido, sem deixar nenhum vestígio de produto.
( ) Após essa retirada aplicamos o aparelho de alta frequência, que tem como finalidade promover uma ação bactericida e fungicida. Esse processo não é muito importante, por isso pode passar direto para o próximo passo.
( ) Após a aplicação do alta frequência realizamos uma drenagem linfática facial e aplicamos uma máscara calmante. A máscara pode ter princípios ativos calmantes, por exemplo, azuleno, camomila, aloe vera (que também é hidratante), tília, dentre outros.
( ) Após a aplicação da máscara e retirada do excesso, aplicaremos o protetor solar, importantíssimo para que a pele não seja queimada. Como acabamos de fazer a limpeza, precisamos usar um protetor solar bem oleoso, com textura grossa, assim protegerá mais a pele.

Assinale a ordem correta de V (verdadeiro) e F (falsa).

a) V – V – F – F.
b) F – V – F – V.
c) V – F – F – F.
d) V – F – V – F.
e) V – V – V – F.

Referências

COSTA, Adilson. **Tratado Internacional de Cosmecêuticos**. Rio de janeiro: Guanabara Koogan, 2012.

DOUGLAS, C.R. **Tratado de fisiologia aplicada na saúde**. São Paulo: Editorial, 2002.

GANONG, W. F. **Fisiologia Médica**. 19. ed. Rio de Janeiro: McGraw Hill, 2000.

GERSON, Joel, et al. **Fundamentos de Estética 3:** Milady's Standard- Ciências da pele – Volume 3. São Paulo: Cengange Learning, 2011.

GERSON, Joel, et al. **Fundamentos de Estética 4:** Milady's Standard – Estética – Volume 4. São Paulo: Cengange Learning, 2011.

GUIRRO, Elaine Caldeira de Oliveira; GUIRRO, Rinaldo Roberto de J. **Fisioterapia Dermato-Funcional**: Fundamentos – Recursos – Patologias. 3. ed. Barueri: Manole, 2010.

GUYTON, A. C.; HALL, J. E. **Tratado de Fisiologia Médica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

IFOUD, Judith; FORSYTHT-CONROY, Debbie; WHITTAKER, Maxine. **Técnicas em Estética**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2015.

LACRIMANTI, Lígia Marini. **Curso Didático de Estética** – volume I. São Caetano do Sul: Yendis, 2012.

LACRIMANTI, Lígia Marini. **Curso Didático de Estética** – volume II. São Caetano do Sul: Yendis, 2012.

PEREZ, Erica; Levin, Raquel. **Técnicas de Massagens Ocidental e Oriental**. São Paulo: Saraiva, 2014.

Higienização facial

Convite ao estudo

Nos dias de hoje os tratamentos relacionados à beleza são comuns entre homens e mulheres. Existem diversas diferenças nos cuidados de cada tipo de pele. Desse modo, é importante que você sempre busque conhecimento, atualize com novas opções no mercado da estética para planejar seu atendimento.

Tão importante quanto o planejamento desse atendimento são os cuidados que nossos clientes devem ter em relação à pele que estamos tratando.

De nada adiantará você trabalhar a pele desse cliente, realizando a limpeza, aplicando séruns, cremes e apresentar todo o protocolo de procedimentos se esse cliente não realizar os cuidados diários para a manutenção da integridade de sua pele.

Para aproximá-lo da prática profissional, apresentamos aqui um caso hipotético que tem como objetivo aproximar os conteúdos teóricos aprendidos com a atividade prática.

Denise está muito feliz com o resultado da limpeza de pele que você realizou, disse que várias amigas repararam e também estão querendo fazer. A mãe de Denise ainda está preocupada com a oleosidade da pele e sabe que se ela não se cuidar as lesões voltarão, por isso, pediu que você desenvolvesse um protocolo de atendimento para melhorar a pele da filha. A mãe está disposta a levar Denise uma vez por semana até você, para que seja dada continuidade no tratamento. Você sabe que o trabalho em cabine é importante, mas o uso domiciliar dos produtos garantirá o sucesso no tratamento.

Para dar continuidade ao tratamento de Denise, precisamos deixar clara a importância dos cuidados diários. Como iremos explicar esses cuidados para a Denise? Como podemos indicar o produto ideal para ela usar? Como explicar que o sabonete do rosto é de um tipo diferente do sabonete do corpo?

Nesta unidade você aprenderá sobre a higiene, os produtos utilizados na higienização facial, a finalidade de higienização cutânea, as técnicas básicas de higienização facial, os movimentos específicos para a técnica de higienização facial e os materiais específicos para isso. Também abordaremos sobre os cosméticos, como fazer a proteção da pele, os mecanismos de ação dos cosméticos usados na higienização facial e como deve ser a associação dos produtos cosméticos com eletroterapia na higienização. Você será capaz de elaborar protocolos de higienização facial, aprenderá sobre a importância da fotoproteção e seus mecanismos de ação e quais são os ativos associados à fotoproteção.

Veremos também a ação dos produtos de higienização e sua função nos protocolos estéticos faciais, a ação dos esfoliantes e sua função nos protocolos estéticos faciais, como são os procedimentos de higienização e sua associação com a esfoliação, qual a ação dos tonificantes e sua função nos protocolos estéticos faciais e a importância da tonificação, do uso de máscaras e de finalizadores.

Para desenvolver a solução dos questionamentos apresentados anteriormente, você deve estudar com atenção o item Não pode faltar. Bons estudos!

Seção 3.1

Higiene facial

Diálogo aberto

Olá, aluno!

Nesta unidade aprenderemos sobre a higienização facial. Iniciaremos estudando os produtos utilizados na higienização facial e a finalidade desse procedimento, as técnicas e quais movimentos podem ser feitos ao realizarmos a higienização facial, quais materiais precisamos ter para deixarmos a pele do cliente limpa. Abordaremos os mecanismos de ação dos cosméticos utilizados na higienização facial, como podem estar associados à eletroterapia e os protocolos de higienização facial. Você será capaz de entender a importância da fotoproteção e como esses produtos agem na pele, além de verificar quais são os ativos mais comuns associados à fotoproteção. Por fim, aprenderá sobre a ação dos produtos de higienização e sua função nos protocolos estéticos faciais, a ação dos esfoliantes, como associar a higienização com a esfoliação e a ação dos tônicos e das máscaras finalizadoras.

Bons estudos!

Não pode faltar

Quando se trata de higienização facial, qual é a primeira coisa que vem à sua mente? Na maioria das vezes, pensamos em lavar o rosto. E se pensarmos em quantas vezes por dia lavamos o rosto, podemos imaginar que de 2 a 3 vezes, aproximadamente. Na hora que acordamos, após uma atividade física, em um banho antes de dormir e assim por diante. A grande questão é: será que lavamos o nosso rosto da maneira correta e com o produto correto?

Em primeiro lugar, vamos definir o que é a higienização facial. Podemos entender a higienização facial como um procedimento que atua na retirada das impurezas da pele e, dessa maneira, deixa a pele mais bonita e macia. Além desses benefícios, quando pensamos

em protocolos estéticos, a higienização terá a função de preparar a pele para que o princípio ativo penetre, ou seja, seja absorvido pela pele com maior facilidade.

Devemos entender, então, que a higienização é um procedimento fundamental na manutenção da saúde e da beleza da pele. Esse passo é tão importante quanto os outros, pois tem como finalidade a remoção das impurezas de maquiagem, secreções, resíduos ambientais, bactérias e células mortas que estão presentes na superfície cutânea.

Quando a higienização não é feita há um acúmulo de sujidades na superfície da pele que se apresentará asfixiada, com uma textura irregular e áspera. Devemos estimular nossos clientes a realizarem a limpeza do rosto para um bom funcionamento e conservação da juventude da pele.

Esse procedimento é tão importante no protocolo estético quanto nos cuidados diários, pois assim conseguimos eliminar uma grande variedade de agentes contaminantes, promovendo a normalização do metabolismo cutâneo.

A higienização facial feita corretamente permitirá a manutenção da pele com uma menor produção sebácea, melhora do aumento da oxigenação celular e manutenção do manto hidrolipídico.

Quando vamos higienizar o rosto do nosso cliente ou indicar que ele compre um produto para utilizar em casa, é importante estarmos atentos sempre aos princípios ativos que esses produtos possuem, dessa maneira os resultados obtidos serão prolongados e nosso cliente perceberá a diferença.

Reflita

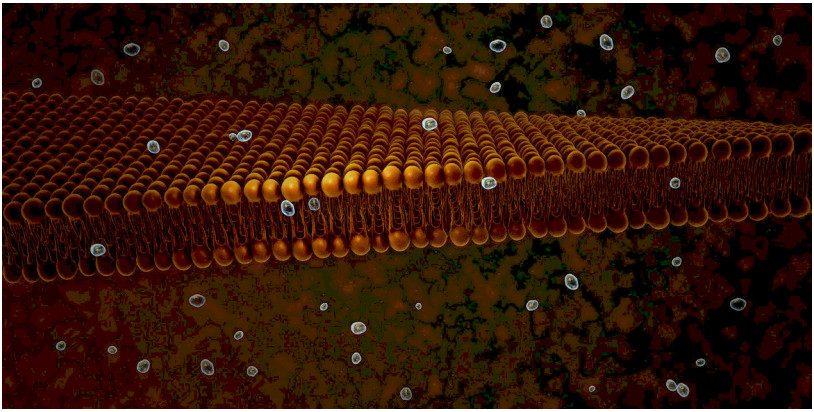
Você sabia que algumas pessoas acreditam que higienizando a pele todo o dia com produtos específicos podem deixar a pele com maior propensão a agressões, irritações cutâneas e alergias a certos produtos? Mas é exatamente ao contrário. Uma pessoa que higieniza corretamente a pele todos os dias apresentará a pele sempre limpa e com uma aparência mais bonita e revitalizada.

HIGIENIZAÇÃO

Quando higienizamos a pele devemos ter em mente uma das suas principais funções: eliminar o excesso de sebo e suor que são produzidos pelas glândulas sebáceas e sudoríparas, respectivamente. Dessa maneira, entendemos que todo sabonete tem como primeira função higienizar a pele. A água é muito importante, pois permite que as sujidades sejam retiradas com maior facilidade, mas a água sozinha não limpa a pele.

A pele é uma estrutura rica em agentes lipídicos. A membrana celular é formada por uma dupla camada de lipídios e uma camada única de fósforo. Podemos ver na Figura 3.1 que os lipídios formam uma camada externa e interna, e entre essas duas camadas temos a camada de fósforo. Isso é de extrema importância, pois sabemos que a água e o óleo são substâncias imiscíveis, ou seja, não se misturam. Dessa forma, a água que passar pela membrana celular fará esse movimento porque é uma substância necessária para a célula, do contrário, a célula permanece com sua estrutura intacta.

Figura 3.1 | Membrana celular



Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/membrana-de-plasma-de-c%C3%A9lula-gm470427997-34712736>. Acesso em: 9 nov. 2017.

Exemplificando

Por exemplo, se não fosse por essa camada de lipídios da nossa membrana celular, ao entrarmos em uma piscina iríamos inchar de

uma tal maneira que nossas estruturas ficariam alteradas com a quantidade de água; se entrássemos no mar, como o mar é salino, iríamos perder água do nosso corpo e ficaríamos desidratados. Desse modo, fica fácil entender a função mais comum da membrana celular, que é a de permeabilidade seletiva. Além de ser responsável pelo que entra e sai da célula a membrana plasmática tem função de proteção e revestimento.

Os sabonetes são formulações que têm em sua composição substâncias graxas e ativos específicos que irão agir de maneira a emulsificar o sebo da pele para que ele seja retirado mais facilmente com água.

Os higienizantes – ou, se preferir, os sabonetes – devem agir na epiderme, ou seja, na camada superficial da pele para remover ou, em alguns casos, eliminar por meio do arraste as impurezas da pele, sem agredir ou alterar o pH fisiológico da nossa pele.

Assimile

O pH significa potencial hidrogeniônico, e é uma escala que tem como finalidade medir o grau de acidez, neutralidade ou alcalinidade de uma determinada substância.

Essa escala tem valores entre 0 e 14; o valor 7 é considerado neutro, já uma substância que possua um pH no valor entre 0 e 6 é considerado ácido, sendo que 0 é a acidez máxima. Substâncias com pH entre 8 e 14 são consideradas alcalinas, sendo 14 a alcalinidade máxima.

O pH da nossa pele varia de 4,6 a 5,8, ou seja, nossa pele possui um pH levemente ácido. O equilíbrio do pH da nossa pele é importante, pois é ele que nos protege contra infecções, bactérias, fungos, irritações, alergias, pruridos dentre outras reações que possam ocorrer na nossa pele. Por este motivo é importante antes de escolher qualquer tipo de produto verificar se ele irá manter nosso pH equilibrado.

Pesquise mais

Para que você compreenda melhor sobre o pH da pele e o que pode alterar esse pH, sugerimos que acesse: <https://www.eucerin.pt/sobre-a-pele/conhecimentos-basicos-da-pele/skins-ph>. Acesso em: 9 nov. 2017.

Neste site você poderá entender o que afeta o pH da pele e como devemos agir para que possamos trabalhar de uma maneira que não agrida a pele de nosso cliente.

Quando usamos os higienizantes temos como objetivos:

- Remover subprodutos do nosso próprio organismo: por exemplo, as gorduras que são produzidas e excretadas excessivamente pelas glândulas sebáceas, o suor, sais minerais, ureia e as próprias células mortas, que são eliminadas como resultado da renovação celular.
- Remover produtos que são aplicados na pele: por exemplo, maquiagens, protetores solares e hidratantes que são aplicados e muitas vezes não são retirados da maneira correta.
- Produtos que entram em contato com a pele: por exemplo, poluição ambiental, poeiras e sujidades que estão no ar, principalmente de grandes cidades.

Para que os higienizantes consigam realizar a limpeza devem possuir um tensoativo que seja menos agressivo para a pele.

Assimile

Os tensoativos também são chamados de surfactantes e têm como função diminuir a tensão superficial entre duas substâncias. Eles conseguem alterar as propriedades de um líquido e manter a emulsão. Para que consiga realizar sua função, metade das suas moléculas devem ser solúveis em água e a outra metade não.

Os higienizantes devem evitar que a pele se torne alcalina, pois se isso acontecer irá favorecer o crescimento de microrganismos ou de outros agentes invasores. Outra característica de um higienizante

facial é que ele, entre seus aditivos, não apresenta os corpos graxos (como óleos minerais) de ação comedogênica. Se ele possuir essas substâncias será muito mais fácil nosso cliente apresentar comedões tanto fechados quanto abertos.

Exemplificando

Para exemplificar esta característica, vamos pensar na função do detergente ao lavar a louça. A água não é capaz de retirar a gordura, é preciso usar um detergente. O detergente entra em ação da seguinte maneira: uma parte de sua molécula apresenta repulsão pela água e atração pelo óleo, já a outra parte de sua molécula apresenta atração pela água e repulsão pelo óleo. Assim, as duas regiões ficam unidas e estáveis, facilitando a remoção da gordura depositada.

Nos dias de hoje existem inúmeras alternativas de higienizantes faciais, e isso permite que façamos a escolha ideal para nosso cliente, de acordo com sua rotina de vida diária.

Existem higienizantes em forma de barra, gel, líquidos, mousses, lenços, dentre outros. Desse modo, é possível dar o direcionamento correto para nosso cliente, o que fará toda a diferença no resultado final.

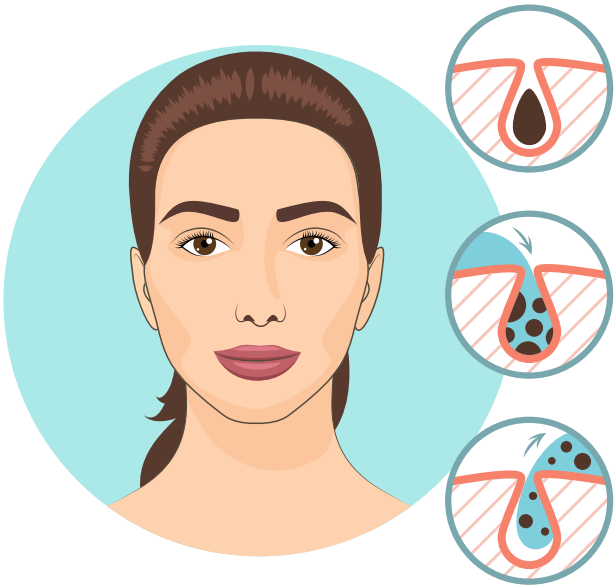
Uma das principais características de um agente de limpeza deve ser a sua capacidade de remoção de resíduos cutâneos. Essa capacidade é estabelecida em dois momentos: quando umedecemos a superfície e na suspensão das partículas de sujeira. Ocorre, então, uma interação complexa entre o surfactante utilizado e a barreira da camada córnea, o que acaba sendo uma das principais causas de doenças dermatológicas, como dermatites, alergias, descamações, dentre outras. Por isso, entendemos que é fundamental o conhecimento dos tipos de cosméticos, assim você conseguirá realizar a indicação correta de acordo com o tipo de pele do cliente.

Mas, afinal, quais devem ser as características principais de um bom higienizante facial? Segue as características de um bom produto:

- Não ressecar a pele nem acentuar as rugas presentes na região.

- Ter ação superficial, ou seja, não pode penetrar na pele.
- Ter detergência moderada, mas um bom poder de arraste, assim conseguirá limpar a pele no tempo determinado.
- Ser fácil de retirar.
- Ter um pH próximo ao da pele.
- Deixar a pele suave.
- Ser compatível com a pele.

Figura 3.2 | Ilustração da higienização facial na pele



Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/vetor/woman-facial-treatments-skin-problems-and-face-care-vector-illustration-gm657407710-119875287>. Acesso em: 12 nov. 2017.

Segue uma relação de tipos de cosméticos utilizados como higienizantes:

A. EMULSÕES

Muitos profissionais preferem essa forma cosmética, pois é agradável ao toque, prática e eficiente. A consistência desse produto

pode ser adequada ao tipo de pele apresentada pelo cliente, ou seja, existem emulsões que são mais cremosas, indicadas para pele secas e desvitalizadas, e também emulsões mais fluidas, para peles mais oleosas.

As emulsões podem ser utilizadas em todo tipo de pele para remoção da maquiagem ou no início de um protocolo estético. Sua aplicação deve ser feita diretamente na pele, realizando movimentos circulares; para retirar esse produto da pele utilizamos algodão e água.

B. ESPUMAS

São emulsões que ficam acondicionadas em embalagens pressurizadas. Esse tipo de produto substitui com eficiência os sabonetes em barra, pois evitam o ressecamento da pele, remove impurezas e não deixa sensação gordurosa na pele, que é comum nos cremes de limpeza facial.

Sua aplicação deve ser feita com o produto sobre a pele, realizando movimentos circulares, e é removido com água ou algodão umedecido.

C. LENÇOS UMEDECIDOS

São feitos a partir de um não tecido, conhecido também como TNT, que é embebido em uma solução composta por água, conservantes, tensoativos e uma fragrância. Sua embalagem deve ter uma propriedade específica: ser fechada e permitir a retirada de apenas um lenço por vez, sem abrir a embalagem toda. Isso evita a contaminação ou a evaporação do líquido, que deixaria o lenço seco e sem utilidade.

Uma das vantagens desse tipo de higienizante é que ele dispensa o uso da água e pode vir associado a hidratantes e antissépticos.

Hoje em dia está disponível no mercado de cosméticos vários tipos de lenços umedecidos associados a princípios ativos específicos para pele oleosa, pele com barba, lenço pós-barba, dentre outros.

Para utilizar o lenço basta passá-lo na pele com movimentos circulares e ascendentes e depois fazer o descarte. Devemos tomar cuidado com a embalagem para que não fique aberta.

D. LOÇÕES AQUOSAS

Essas soluções são mais aquosas, podendo ser em forma de líquido ou gel, apresentando na sua composição um tipo de solvente orgânico como o álcool. São produtos multifuncionais, pois possuem ativos cosmetológicos. As loções aquosas são indicadas para peles oleosas e para pessoas com aversão ao sensorial oleoso presente em produtos cremosos.

Para usar uma loção aquosa, basta aplicá-la na pele com movimentos circulares, o que se torna fácil principalmente à noite, pois não necessita de água para ser retirada, e como possui um pH fisiológico, não causa muita irritação.

E. SABONETES

O sabonete é um produto antigo, estando entre os itens de higiene mais utilizado; seu uso regular reduziu o número de infecções. Eles podem ser encontrados na forma de barra, líquido e em pó, sendo que os dois primeiros são os mais comuns na indústria cosmética.

Os sabonetes em barra tradicionais possuem um pH alcalino que varia de 9 a 12, por esse motivo são considerados irritantes para a face, sendo desaconselhável no caso de peles secas e sensíveis. Existem sabonetes faciais em barra que possuem princípios ativos específicos para tratamentos como acne, rosácea, dentre outros.

Já os sabonetes líquidos são mais suaves, possuindo pH similar ao pH fisiológico da pele e também podem vir associados a princípios ativos. São de fácil aplicação e eficientes na retirada de resíduos ambientais, mas não são eficientes na remoção de maquiagem. Esses sabonetes são os preferidos dos consumidores, pois podem ser utilizados durante o banho.

Os sabonetes devem ser aplicados diretamente na pele com movimentos circulares e depois devem ser retirados com água.

A água que é utilizada para retirada dos produtos na pele deve ser fria ou morna, nunca quente. A água quente estimula ainda mais a produção de sebo, causando efeito reverso ao que realmente queremos. A escolha desse higienizante é o primeiro passo para desenvolvermos um protocolo de sucesso para nosso cliente. Segue um quadro com um pequeno resumo dos tipos de higienizantes e suas respectivas indicações.

Quadro 3.1 | Tipos de higienizantes e suas indicações

FORMA DE APRESENTAÇÃO	INDICAÇÃO
Líquido ou gel	Peles normais e oleosas
Mousse ou espuma	Todos os tipos de pele
Emulsão de limpeza	Peles normais e secas
Barra	De acordo com a necessidade do princípio ativo utilizado

Fonte: elaborado pela autora.

Alguns higienizantes que utilizamos em cabine com nosso cliente podem vir associados ao uso de correntes elétricas, lembrando sempre que esse tipo de procedimento deve ser feito por um profissional habilitado, ou seja, não ensinamos para que o próprio cliente faça. Quando associamos corrente elétrica ao procedimento, realizamos uma limpeza mais profunda, retirando a oleosidade da pele. É o caso do desincruste já citado na Seção 2.2 e que aprofundaremos a seguir.

DESINCRUSTE

O desincruste é uma técnica que tem como objetivo retirar o excesso de oleosidade da pele ou do couro cabeludo. Isso acontece por causa da reação química entre a corrente elétrica, o sebo produzido pela glândula sebácea e as soluções desincrustantes.

O objetivo principal dessa técnica é retirar a oleosidade por meio da emulsificação do sebo da pele através do uso de uma corrente contínua (no caso, corrente galvânica) com a ação da solução desincrustante.

Assimile

A corrente galvânica é uma corrente do tipo contínua e unidirecional, isso significa que os elétrons sempre irão do polo negativo para o polo positivo, na mesma direção. Para utilizarmos esse tipo de corrente precisamos de dois eletrodos, um positivo e um negativo, que devem ficar em contato com o cliente, fechando assim o circuito.

Nesse procedimento, o polo ativo (que ficará no rosto do cliente) é o negativo e o eletrodo passivo será o positivo. No processo, o

eletrodo negativo atrai íons positivos da solução desincrustante que foi aplicada no rosto. Como resultado há a formação de hidróxido de sódio, que ao entrar em contato com o sebo se transforma em sabão, favorecendo sua eliminação, pois o sabão é solúvel em água.

Ao aplicar o produto, fique atento ao tempo em que ele ficará na pele, que deve ser de três a quatro minutos na face toda. Durante o procedimento mova o eletrodo negativo, pois do contrário você pode queimar a pele do cliente. É preciso ter cuidado com a região ao redor dos olhos, por ser mais sensível. O protocolo pode ser repetido em um intervalo de 15 a 20 dias entre as sessões.

A principal indicação desse procedimento é para pele oleosa ou couro cabeludo oleoso. As contraindicações são:

- Peles machucadas ou com algum tipo de lesão.
- Prótese metálica na região que está recebendo a aplicação.
- Neoplasias.
- Sensibilidade cutânea alterada.
- Pele com sinal de inflamação.
- Peles ressecadas ou muito sensível.

Para realizar o desincruste a pele deve estar limpa e sem resíduo de produto. Solicite que o cliente retire brincos e piercings caso use esses acessórios. Ligue o aparelho, mas deixe-o ainda no zero. Cubra o eletrodo ativo com gaze e deixe-a bem molhada com a solução desincrustante.

Se o cliente usar aparelho fixo proteja essa região com gaze. Posicione o eletrodo ativo na região entre as sobrancelhas e vá aumentando a corrente. Quando o cliente começar a sentir um formigamento na região pare o estímulo, cronometre de 3 a 5 minutos e, então, aplique movimentos circulares no rosto todo. É preciso ter cuidado para que a solução não seque, pois isso pode queimar a pele do cliente. Após o procedimento, retire todo o produto do rosto com algodão e água.

Assim que retirar o produto da pele, aplique um sérum e um protetor solar, pois quando retiramos as sujidades e toda a oleosidade da pele ela fica sem proteção. Por isso é sempre importante finalizar esse procedimento aplicando um sérum e um protetor solar.

Pesquise mais

Nos dias de hoje tem-se utilizado muito a água micelar, leia uma reportagem completa sobre os benefícios da água micelar e a razão de seu uso tão comum tanto nas clínicas de estética quanto nos cuidados diários:<https://oglobo.globo.com/ela/beleza/queridinha-dos-dermatologistas-agua-micelar-limpa-pele-sem-agredi-la-16952175>. Acesso em: 9 nov. 2017.

Sem medo de errar

Agora vamos associar os conceitos que acabamos de aprender com o caso hipotético apresentado no item Convite ao estudo, vamos relembrá-lo?

Denise está muito feliz com o resultado da limpeza de pele que você realizou, disse que várias amigas repararam e também estão querendo fazer. A mãe de Denise ainda está preocupada com a oleosidade da pele e sabe que se ela não se cuidar as lesões voltarão, por isso, pediu que você desenvolvesse um protocolo de atendimento para melhorar a pele da filha. A mãe está disposta a levar Denise uma vez por semana até você, para que seja dada continuidade no tratamento. Você sabe que o trabalho em cabine é importante, mas o uso domiciliar dos produtos garantirá o sucesso no tratamento.

Como você irá orientar Denise a respeito da higienização facial? Como ela deve ser feita? Quais produtos devem ser usados? Como é a aplicação e qual é a frequência? Como deve ser a temperatura da água? Como você explicará a importância dos cuidados em casa para que a pele de Denise fique mais bonita?

Vamos começar explicando para Denise que o sabonete utilizado no corpo não deve ser o mesmo do rosto. O higienizante utilizado será específico para a pele dela e isso garantirá um melhor resultado do protocolo desenvolvido. Além dessa vantagem, se Denise usar corretamente os produtos indicados suas lesões de acne e de comedões diminuirão gradativamente, pois sua pele ficará mais saudável. Ela deverá higienizar sua pele duas vezes ao dia, ao acordar e antes de dormir. Vamos indicar um higienizante em forma de mousse, muito utilizado em peles sensíveis, que é ideal para

Denise, pois ela tem pele oleosa, está sempre na piscina, uma vez que pratica natação, e também utiliza maquiagens mais oleosas. Ela deve aplicar o produto diretamente no rosto, com movimentos circulares, e retirá-lo com água. Explique também que quando ela estiver com maquiagem deverá usar uma loção para retirá-la e depois aplicar o mousse na pele. Ela deve utilizar água morna ou fria para que a pele responda melhor e não estimule as glândulas sebáceas. Denise deve entender que essa rotina será essencial, pois se ela retirar as sujidades acumuladas durante o dia sua pele ficará descongestionada e mais bonita, com mais brilho e macia.

Avançando na prática

Demaquilante ou sabonete?

Descrição da situação-problema

Luíza é uma artista de circo que faz malabarismo, dentre outras apresentações. Ela tem apresentações duas vezes ao dia durante cinco dias na semana, sua rotina é bem intensa. Antes da apresentação ela deve se maquiar para ficar de acordo com o show apresentado.

No final do dia, muitas vezes, Luíza está cansada e apenas lava o rosto com sabonete para ir dormir. Ela está percebendo que sua pele está sem brilho e com frequência acorda com resíduos de maquiagem no travesseiro. Por que isso está acontecendo se ela lava o rosto com sabonete?

Resolução da situação-problema

Luíza deve entender que só lavar o rosto com sabonete não é suficiente para retirar a maquiagem, que tem características diferentes e deve ser retirada com um produto específico. Ela pode utilizar uma emulsão de limpeza com propriedades demaquilantes, passando em toda a face com algodão ou com a própria mão, realizando movimentos circulares e depois retirar o produto com algodão umedecido em água. Depois desse processo, Luíza poderá lavar o rosto com um sabonete específico para sua pele, e então você indicará o produto para ela utilizar. Se ela realizar esse processo perceberá que sua pele ficará macia e o brilho voltará, pois ficará mais saudável.

Faça valer a pena

1. Podemos entender a higienização facial como um procedimento que atua na retirada das impurezas da pele e, dessa maneira, deixa a pele mais bonita e macia. Além desses benefícios, quando pensamos em protocolos estéticos, a higienização terá mais uma função além de limpar a pele.

Além de promover a retirada de sujidades da pele, qual é a outra função da higienização?

A) Tonificar a pele.
b) Causar emoliência na pele.
c) Hidratar a pele.
d) Preparar a pele para que o princípio ativo permeie com maior facilidade.
e) Fechar os poros da pele.

2. Leia as afirmativas a seguir e depois responda:
I - O pH da nossa pele varia de 4,6 a 5,8, ou seja, nossa pele possui um pH levemente ácido. O equilíbrio do pH de nossa pele é importante, pois é ele que nos protege contra infecções, bactérias, fungos, irritações, alergias, pruridos, dentre outras reações que possam ocorrer na nossa pele. Por isso, antes de escolher qualquer tipo de produto é importante verificar se ele irá manter o pH equilibrado.
II - Quando usamos o higienizantes temos como objetivo apenas retirar a oleosidade produzida pelas glândulas sebáceas.
III - Para que os higienizantes consigam realizar a limpeza devem possuir um tensoativo que seja menos agressivo para a pele.

É correto o que se afirma em:

a) I, II e III.
b) I e II.
c) I e III.
d) II e III.
e) II.

3. Leia a definição a seguir e depois responda:
Esse higienizante tem em sua composição um tipo de solvente orgânico, por exemplo, o álcool. Pode apresentar-se em forma de líquido ou gel. É um produto multifuncional, pois possui ativos cosmetológicos em sua composição, sendo indicado para peles oleosas e pessoas que possuem aversão ao sensorial oleoso presente em produtos cremosos.

Essa definição corresponde a qual tipo de higienizante?

a) Espuma.
b) Loção aquosa.
c) Sabonete.
d) Lenço umedecido.
e) Sabonete.

Seção 3.2

Cosmético e proteção

Diálogo aberto

Nesta unidade abordaremos as técnicas básicas de higienização facial e os diferentes protocolos de higienização facial. Você será capaz de entender a importância da fotoproteção e como esses produtos agem na pele, além de verificar quais são os ativos mais comuns associados à fotoproteção. Para facilitar a compreensão vamos retomar a situação apresentada no item Convite ao estudo.

Denise está muito feliz com o resultado da limpeza de pele que você realizou, disse que várias amigas repararam e também estão querendo fazer. A mãe de Denise ainda está preocupada com a oleosidade da pele e sabe que se ela não se cuidar as lesões voltarão, por isso, pediu que você desenvolvesse um protocolo de atendimento para melhorar a pele da filha. A mãe está disposta a levar Denise uma vez por semana até você, para que seja dada continuidade no tratamento. Você sabe que o trabalho em cabine é importante, mas o uso domiciliar dos produtos garantirá o sucesso no tratamento.

Denise acha que quanto mais esfoliar a pele, com menos acne ela ficará. Você sabe que isso que acontecerá. Como você explicará esse mecanismo para sua cliente? Qual a importância dos produtos que ela utilizará para limpeza, tonificação, hidratação e proteção? Como deve ser feita essa limpeza? Quais movimentos ela deve fazer e qual o tipo de produto mais indicado para sua pele? Para que você consiga responder todas essas questões, estude com atenção o item Não pode faltar. Bons estudos!

Não pode faltar

A cada dia vemos que o comportamento no mercado de cosméticos tem mudado. Antigamente buscava-se apenas a beleza, já nos dias de hoje os cosméticos têm como objetivo proporcionar prazer e bem-estar, assim como qualidade de vida para nossos clientes.

O mundo vem passando por mudanças e estas influenciam no mercado como um todo, inclusive no de cosméticos. Essas mudanças estão diretamente relacionadas ao perfil dos consumidores que estão mais atentos ao seu bem-estar e buscam o equilíbrio da mente e do corpo para viver mais e com melhor qualidade de vida. Este fato, associado às transformações econômicas e sociais que ocorrem no país, exigem inovações nos produtos cosméticos.

Para que os produtos sejam eficazes há necessidade de realização de testes de diferentes áreas da saúde, como a farmacêutica, de princípios ativos, alimentícia e de formulações.

Pensando em atender às necessidades dos clientes surgiram produtos nos ramos alimentício, farmacêutico e de cosméticos, todos visando assegurar melhor bem-estar aos consumidores e, com isto, surgiram novos segmentos, como os nutracêuticos, cosmecêuticos e nutricosméticos, além dos cosméticos já conhecidos.

Por esta razão é importante conhecer e estar sempre atualizado sobre os produtos existentes, para que possamos escolher e indicar o que pode trazer melhores resultados aos clientes. Vamos conhecer, então?

COSMÉTICO

Os cosméticos são produtos com ação mais superficial, ou seja, na epiderme. Eles não trabalham em profundidade e não modificam as condições fisiológicas da pele. Dessa maneira não são eficazes no tratamento de flacidez cutânea, rugas superficiais ou profundas, acne ou até nas manchas faciais. Esses produtos podem disfarçar o problema, mas não irão tratá-lo.

De acordo com a ANVISA esses produtos podem ser classificados em 2 grupos:

Grau 1 – os produtos têm propriedades básicas ou elementares e sua comprovação de eficácia não é necessária. Dessa forma, não precisam emitir informações detalhadas quanto ao seu modo de uso e suas restrições. Alguns exemplos desse tipo de produto são:

- Cremes, loções e géis corporais (com finalidade apenas de hidratação ou refrescante).

- Desodorante corporal (exceto aqueles que possuem ação antitranspirante).
- Águas-de-colônia e perfumes.
- Maquiagem (sem finalidade fotoprotetora) dentre outros.

Grau 2 – são produtos com indicações específicas que necessitam de comprovação de eficácia e de segurança, assim como precisam ter informações de cuidados, modo e restrições de uso. Alguns exemplos são:

- Produtos infantis e sabonetes íntimos.
- Shampoo e condicionadores anticaspa ou antiqueda.
- Produtos para serem utilizados em pele acneica (atenção, não são produtos que tratam a acne), produtos que previnam rugas, estrias e celulite.
- Protetores solares.

COSMECÊUTICO

Os cosmecêuticos envolvem as áreas dos cosméticos e dos fármacos. Eles são de uso tópico e possuem capacidade de alterar a estrutura da pele, pois têm propriedades biológicas, diferente dos cosméticos que não alteram a pele. Apesar de ter essa função de alterar a pele os cosmecêuticos não agem como medicamento.

Podemos dizer que os cosmecêuticos são produtos que possuem ingredientes bioativos com propriedades terapêuticas.

Um fato interessante do cosmecêutico é que ele consegue alterar as funções da pele causando benefícios e não ocasionando reações adversas e desvantagens que medicamentos podem causar nos clientes. Alguns exemplos de cosmecêuticos são os ácidos como os alfa-hidroxiácidos, retinol (vitamina A), vitamina C, vitamina E, dentre outros.

Devemos ter em mente que um cosmecêutico não é inofensivo como os cosméticos são, mas também não são medicamentos.

Assimile

O termo cosmecêutico começou a ser utilizado em 1980 por causa descoberta e patenteamento dos alfa-hidroxiácidos. Nessa época os cosméticos começaram a realizar uma combinação entre cosméticos e princípios ativos, com o intuito de criar resultados que fossem mais duradouros. A cada dia que passa essa tecnologia evolui, melhorando os resultados obtidos com os tratamentos estéticos.

Todos os cosmecêuticos passam por testes e estudos científicos e possuem funções bem objetivas, como: rejuvenescimento facial, redução de rugas profundas e superficiais, melhora do quadro da acne, dentre outros.

Além de corrigir danos presentes, esses produtos têm a capacidade de realizar a reposição de elementos perdidos com o envelhecimento natural. Dessa maneira, podemos dizer que eles atuam também na prevenção de futuras lesões.

Muitas pesquisas têm sido feitas nesse sentido e muitos princípios ativos têm sido estudados de modo mais aprofundado. Como há uma variedade de princípios ativos há também uma variedade de marcas e de preços.

O importante é que você esteja sempre atento às pesquisas feitas, pois o apelo de marketing desses produtos também é muito grande.

Você, como profissional de estética e cosmética, deve se lembrar que para um bom resultado é preciso bons produtos sim, mas também comprometimento do seu cliente em tomar todos os cuidados indicados.

NUTRACÊUTICO

Podemos definir nutracêuticos como bebidas ou alimentos que possuem propriedades terapêuticas. Esses produtos têm como objetivo auxiliar na promoção da saúde e melhora do estado nutricional da pessoa que faz essa ingestão. Dessa forma, podem atuar tanto no tratamento quanto na prevenção de algumas doenças.

Os nutracêuticos são suplementos vitamínicos que atuam na pele, mas a atuação é de dentro para fora, por meio da digestão, pela qual também conseguimos absorver os nutrientes e as propriedades dos nutracêuticos, que são principalmente antioxidantes e rejuvenescedoras.

NUTRICOSMÉTICOS

Esses produtos têm uma finalidade específica: prevenção e cuidado com o envelhecimento cutâneo. Podemos dizer que eles atuam diretamente na prevenção de rugas e no combate aos radicais livres. Muitas vezes são popularmente chamados de cosméticos orais, pílulas da beleza, dentre outros nomes.

Reflita

Você deve ter percebido até agora que a nutrição está relacionada diretamente com a qualidade da pele de nosso cliente. Então por que não começamos a indicar que nossos clientes façam acompanhamentos com profissionais específicos da área de nutrição? Quais seriam as vantagens de possuirmos esse tipo de profissional em nossa equipe multidisciplinar?

Nos dias de hoje vivemos na era das dietas, das pílulas, da juventude a qualquer custo, do culto ao corpo. A cada dia que passa algumas empresas lançam produtos que visam o milagre na vida de nossos clientes. No entanto precisamos estar cientes de que o bem-estar não está relacionado apenas com a imagem, mas também com a qualidade de vida.

As pesquisas têm avançado cada dia mais em direção às descobertas de matérias-primas que sejam cada vez mais eficazes na finalidade a que estão sendo usadas. Mas além da eficácia é importante que esse produto apresente baixa irritabilidade e na qualidade e no rejuvenescimento celular.

Os resultados que obtemos quando utilizamos um cosmético ocorrem por causa das reações químicas que acontecem na pele de nosso cliente, e essas reações são cuidadosamente estudadas. As bases dos produtos devem atuar em sinergia com os princípios ativos, assim teremos a resposta desejada.

É muito importante que se escolha a base do cosmético adequada à pele do nosso cliente, e para isso devemos ter em mente diversos fatores, como a forma de apresentação, a embalagem (quantidade de produto que está disponível), se é eficiente para o cliente utilizar em *home care*, a ação esperada, dentre outros.

Uma formulação cosmética deve ter as seguintes características:

- Ser compatível com os princípios ativos.
- Não irritar a pele.
- Ser estável no período de validade, ou seja, não sofrer alteração desde a fabricação até a data estipulada pelo fabricante.

Pesquise mais

Para você entender melhor esse assunto de cosmetologia sugerimos a seguinte leitura:

MARQUES, MARIA Alice; GONZALEZ, Rosangela Barzinski. Química cosmética. In: PEREIRA, Maria de Fátima (org.). **Cosmetologia**. São Paulo: Difusão Editora, 2013. p. 59-70.

O capítulo aborda exatamente o conhecimento que devemos ter sobre as bases químicas de uma formulação cosmética e como elas reagem na pele.

HIGIENIZAÇÃO

Muitos cosméticos são utilizados para higienizar, mas, afinal, por que devemos higienizar a pele do cliente?

Higienizar é sinônimo de limpar, e esse procedimento é fundamental na manutenção da saúde e também da beleza e integridade da pele. É um dos passos mais importantes em qualquer tratamento cutâneo, inclusive devemos começar sempre com a higienização. Quando limpamos a pele estamos retirando impurezas e sujidades de maquiagem, resíduos ambientais, secreções, células mortas e bactérias.

Quando essas moléculas de sujeira ficam acumuladas na pele, esta se torna áspera, com uma textura irregular e asfixiada e com uma aparência opaca, podendo ser lesionada mais facilmente ou apresentar alguma doença. Dessa maneira, mostramos como é importante manter a pele sempre limpa para termos a normalização fisiológica da pele.

A higienização deve ser diária, por isso é importante que o profissional de estética também ensine seu cliente a higienizar o rosto em sua casa.

A principal qualidade de um higienizante é retirar as sujidades cutâneas, e esse processo ocorre em dois momentos: no umedecimento da superfície e na suspensão das partículas de sujeira. É importante que esse processo envolva o extrato córneo da pele, um surfactante e a sujeira que será retirada. Quando esse processo não age em sincronia pode causar doenças dermatológicas.

Exemplificando

Por exemplo, você tem um cliente que utiliza o mesmo sabonete no corpo e no rosto. Ele começa a perceber que seu rosto está apresentando regiões ressecadas e a sensação ao sair do banho é de pele esticada. Ele quer saber o que está acontecendo. Bem, a pele do rosto é diferente da pele do corpo; o suor, o manto hidrolipídico e até as sujidades a que o rosto está sujeito são diferentes. Desse modo, o sabonete para o corpo irá ser específico para a retirada de sujidades do corpo, diferente do sabonete para o rosto.

Um bom cosmético para higienização cutânea não deve ressecar a pele nem acentuar as rugas que nosso cliente possa apresentar, sua ação deve ser superficial e o produto não pode penetrar na pele, precisa ter um bom poder de arraste das sujidades, ser fácil de ser retirado, pH próximo ao da pele e deixar a pele suave.

Para esse procedimento podemos usar três tipos de limpeza:

- Tensoativos suaves: é o mais utilizado, pois é seguro, prático e eficaz. Utilizam substâncias que têm afinidades com água e óleo e, por isso, reduzem a tensão superficial. São os sabonetes.
- Substâncias lipofílicas: a limpeza ocorre por afinidade química, mas pode deixar resíduo. É o caso de demaquilantes, que são oleosos para retirar maquiagem mais oleosa. Esses produtos não devem ser usados em peles oleosas.
- Solvente orgânico: é um método bastante agressivo, pois usam álcool etílico ou acetona para retirar a sujeira. Esse método pode causar desidratação, descamação da pele e dermatites.

Protocolos de higienização facial

O primeiro passo para realizar uma higienização facial é escolher

o tipo de produto que utilizaremos. O ideal é que seja um tensoativo suave, pode ser usado algum em forma de mousse ou líquido, de acordo com a pele do cliente. Para realizar o procedimento é preciso higienizar as mãos e umedecer a face e o colo do cliente. Para isso, você pode borrifar água ou espalhá-la com algodão ou gaze.

Proteja os olhos do cliente para não correr o risco de causar alguma irritação, pois se o higienizante entrar em contato com os olhos poderá causar alguma lesão nessa região. Essa proteção pode ser feita com algodão com água ou gaze molhada. Existem alguns profissionais que gostam de utilizar soluções próprias para o olho, como dermorepousantes ou soro fisiológico gelado.

Aplique o higienizante na seguinte ordem: comece pela região frontal, desça pelo nariz e depois vá em direção às orelhas. Depois, vá para o canto da boca até as orelhas e realize a higienização no arco da mandíbula, fazendo movimentos do queixo em direção às orelhas. Finalize higienizando o pescoço e o colo do cliente.

Figura 3.3 | Movimentos para higienização de face e pescoço

Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/womans-face-with-arrows-as-a-model-of-facial-massage-gm639938130-115633365>. Acesso em: 10 dez. 2017.

Os higienizantes devem ser retirados com água, assim podemos remover os resíduos de sujeiras e de produtos também. Esse procedimento deve ser ensinado para o cliente para que tenha um resultado mais duradouro.

O segundo protocolo realizado para a higienização facial deve ser utilizado quando o cliente está com maquiagem. Primeiro ele usará um demaquilante para só depois realizar a higienização explicada anteriormente. Os demaquilantes são substâncias lipofílicas, por isso deixam resíduos oleosos na pele, o que torna importante a retirada desse produto.

O terceiro protocolo de higienização facial que pode ser realizado são com higienizantes que possuem solventes orgânicos, por exemplo, o álcool. Nesse protocolo utilizam-se estes higienizantes antes de procedimentos como depilação com cera, microagulhamentos, micropigmentação, entre outros. Devemos tomar cuidado com esses higienizantes, pois eles ressecam mais a pele.

Após a aplicação desse produto são realizados os protocolos e cuidados específicos para cada tipo de procedimento aplicado (depilação, micropigmentação, dentre outros) e finaliza-se sempre com a aplicação de um sérum ou um hidratante para devolver maciez para a pele e protegê-la de agressões externas.

É muito importante ressaltar que esse tipo de higienizante deve ser usado pelo profissional e não é indicado para tratamento de *home care*.

Lembre-se sempre de que em todos os protocolos, após a higienização, é importante aplicar um tônico, um hidratante e um protetor solar. Precisamos proteger essa pele, pois retiramos as sujidades e o manto hidrolipídico.

FILTROS SOLARES

Os filtros solares são substâncias que têm como finalidade proteger a pele das radiações ultravioletas A e B. Porém, para que sua ação seja eficaz, é preciso reaplicar durante o dia.

Podemos dizer que em curto prazo os protetores solares agem contra queimaduras e algumas alergias provocadas pelo sol. Já a

longo prazo agem contra o envelhecimento cutâneo e contra o câncer de pele.

Os filtros solares podem ser químicos (absorvem os raios ultravioletas) ou físicos (formam uma película que reflete a luz como um espelho).

Outra característica importante é o fator de proteção solar, conhecido como FPS.

Independentemente do tratamento realizado, devemos sempre orientar o uso de protetor solar adequado para o tipo de pele do cliente. Devemos também conscientizá-lo para que, mesmo quando estiver usando protetor solar, ele use chapéus e outros tipos de proteção, evitando a exposição solar prolongada.

Nos dias de hoje um dos objetivos dos tratamentos estéticos é ajudar e permitir que a pele funcione em sua capacidade máxima. A renovação celular e a desaceleração do processo de envelhecimento são meios de atingir esse objetivo e, para isso, podemos agregar nos tratamentos produtos que contenham princípios ativos com essa finalidade. Um desses princípios ativos são os antioxidantes.

Quando os antioxidantes são aplicados topicamente têm a função de neutralizar os radicais livres que possam se ligar à membrana celular e acabar destruindo a célula. Exemplos de antioxidantes são as Vitaminas C e E, o chá verde e o DMAE, princípios ativos cada vez mais presentes nos protetores solares.

Alguns outros princípios ativos associados aos protetores solares são os peptídeos, que têm como função produzir colágeno, pois este melhora a firmeza da pele e suaviza as rugas. Muitas vezes os peptídeos podem vir associados a ativos hidratantes e antioxidantes. Exemplos desses princípios ativos são o retinol e ácido retinoico.

A coenzima Q10 tem sido formulada associada com outros princípios ativos, com a finalidade de fortalecer a rede de capilares e, assim, fornecer mais energia para as células da epiderme. Tem uma ação antioxidante importante e muitas vezes o cliente percebe uma redução visível das rugas e das linhas de expressão.

A ação conjunta do profissional e do cliente levarão ao sucesso da terapia.

Pesquise mais

Para você aprender mais sobre fotoproteção, leia o trecho do livro indicado a seguir.

PEREIRA, Maria de Fátima Lima (org.). **Recursos técnicos em estética**. São Caetano do Sul: Difusão Editora, 2013. v. 1, p. 386-395.

Sem medo de errar

Agora é a hora de integrarmos esses novos conhecimentos com o caso hipotético apresentado no item Diálogo aberto, vamos relembrá-lo?

Denise está muito feliz com o resultado da limpeza de pele que você realizou, disse que várias amigas repararam e também estão querendo fazer. A mãe de Denise ainda está preocupada com a oleosidade da pele e sabe que se ela não se cuidar as lesões voltarão, por isso, pediu que você desenvolvesse um protocolo de atendimento para melhorar a pele da filha. A mãe está disposta a levar Denise uma vez por semana até você, para que seja dada continuidade no tratamento. Você sabe que o trabalho em cabine é importante, mas o uso domiciliar dos produtos garantirá o sucesso no tratamento.

Denise acha que quanto mais esfoliar a pele, com menos acne ela ficará. Você sabe que isso que acontecerá. Como você explicará esse mecanismo para sua cliente? Qual a importância dos produtos que ela utilizará para limpeza, tonificação, hidratação e proteção? Como deve ser feita essa limpeza? Quais movimentos ela deve fazer e qual o tipo de produto mais indicado para sua pele?

É importante deixarmos claro que não é o esfoliante que diminuirá a oleosidade de sua pele, mas sim o uso diário de um higienizante facial com propriedades específicas para a diminuição da oleosidade. O esfoliante irá retirar as células mortas, mas para diminuir a oleosidade devemos remover o sebo em excesso da pele. Por isso, ensine Denise a higienizar o rosto. Ela deve lavar pela manhã e à noite, com água morna ou fria, realizando movimentos circulares ascendentes e retirar todo resíduo da pele. Depois ela

usará um tônico, um hidratante facial e um protetor solar. Esse protetor será importante para que a pele de Denise fique cada vez mais saudável. Como produto podemos indicar os menos oleosos, assim melhoramos a pele dela.

Avançando na prática

Leitura de rótulo

Descrição da situação-problema

Marisa comprou um produto cosmético em uma loja que vende materiais da área e ficou preocupada, pois ao ler a embalagem viu que o produto comprado tem vitamina C, que é um princípio ativo que combate a liberação de radicais livres e previne o envelhecimento da pele. Por se tratar de um ácido ela ficou com medo de passar na pele, achando que pode ser um remédio. Como podemos conversar com nossa cliente Marisa e mostrar que esse produto não é um remédio?

Resolução da situação-problema

O ideal é deixar os conceitos bem claros para Marisa, para que ela use o produto sem medo.

Esclareça que esse produto é um cosmecêutico e que estes envolvem as áreas dos cosméticos e dos fármacos. Eles são de uso tópico e possuem capacidade de alterar a estrutura da pele, pois tem propriedades biológicas, diferentemente dos cosméticos que não alteram a pele. Apesar de ter essa função de alterar a pele, os cosmecêuticos não agem como medicamento. Esses produtos são ricos em princípios ativos e eficientes em vários casos. Um fato interessante do cosmecêutico é que ele consegue alterar as funções da pele, causando benefícios e não ocasionando reações adversas e desvantagens que medicamentos podem causar no cliente.

Explicando para Marisa, teremos certeza de que ela utilizará corretamente o procedimento.

Faça valer a pena

1. A cada dia que passa temos visto que o comportamento no mercado de cosméticos tem mudado. Nos dias de hoje um dos objetivos dos tratamentos estéticos é ajudar e permitir que a pele funcione em sua capacidade máxima. A renovação celular e a desaceleração do processo de envelhecimento são meios de atingir esse objetivo e, para isso, podemos agregar nos tratamentos produtos que contenham princípios ativos com essa finalidade. Um desses princípios ativos são os antioxidantes.

Qual é a função dos antioxidantes?

a) Hidratar a pele.
b) Devolver a emoliência para a pele.
c) Permear melhor as substâncias na pele.
d) Neutralizar os radicais livres.
e) Proteger contra os raios UVA e UVB.

2. Leia a definição a seguir:
São os produtos com ação mais superficial, ou seja, na epiderme. Eles não trabalham em profundidade e não modificam as condições fisiológicas da pele. Dessa maneira não são eficazes no tratamento de flacidez cutânea, rugas superficiais ou profundas, acne ou até nas manchas faciais. Esses produtos podem disfarçar o problema, mas não irão tratá-lo.

O trecho anterior é uma definição de:

a) Cosmecêutico.
b) Cosmético.
c) Nutricosmético.
d) Nutracêutico.
e) Medicamento.

3. Um bom cosmético para higienização cutânea não pode ressecar a pele nem acentuar as rugas que o cliente possa apresentar. Sua ação deve ser superficial, o produto não pode penetrar na pele, precisa ter um bom poder de arraste das sujidades, ser fácil de ser retirado, ter pH próximo ao da pele e deixar a pele suave. Associe a coluna da esquerda com a coluna da direita.

1. TENSOATIVOS SUAVES	( ) É um método bastante agressivo, pois usa álcool etílico ou acetona para retirar a sujeira. Esse método pode causar desidratação, descamação da pele e dermatites.
2. SUBSTÂNCIAS LIPOFÍLICAS	( ) É o mais utilizado, pois é seguro, prático e eficaz. É composto por substâncias que possuem afinidade com água e óleo e, por isso, reduz a tensão superficial.
3. SOLVENTE ORGÂNICO	( ) Sua limpeza ocorre por afinidade química, mas pode deixar resíduo. É o caso de demaquilantes que são oleosos para retirar maquiagem mais oleosa. Esses produtos não devem ser usados em peles oleosas.

A ordem correta da coluna da direita é:
a) 3 – 1 – 2.
b) 1 – 2 – 3.
c) 3 – 2 – 1.
d) 2 – 1 – 3.
e) 1 – 3 – 2.

Seção 3.3

Prática de higienização e esfoliação

Diálogo aberto

Nesta seção abordaremos a ação dos produtos de higienização e dos esfoliantes, bem como suas respectivas funções nos protocolos estéticos faciais. Também iremos associar a higienização e a esfoliação nestes protocolos. Finalizaremos esta seção aprendendo sobre a tonificação, sua função, importância e as máscaras facias e outros produtos que são finalizadores de protocolos faciais.

Para facilitar a compreensão, vamos retomar a situação apresentada no item Convite ao estudo.

Denise está muito feliz com o resultado da limpeza de pele que você realizou, disse que várias amigas repararam e também estão querendo fazer. A mãe de Denise ainda está preocupada com a oleosidade da pele e sabe que se ela não se cuidar as lesões voltarão, por isso, pediu que você desenvolvesse um protocolo de atendimento para melhorar a pele da filha. A mãe está disposta a levar Denise uma vez por semana até você, para que seja dada continuidade no tratamento. Você sabe que o trabalho em cabine é importante, mas o uso domiciliar dos produtos garantirá o sucesso no tratamento.

Denise acha que quanto mais esfoliar a pele, com menos acne ela ficará. Você sabe que isso que acontecerá. Como você explicará esse mecanismo para sua cliente? Qual a importância dos produtos que ela utilizará para limpeza, tonificação, hidratação e proteção? Como ela deve fazer a higienização facial? Que tipo de produto você poderá associar ao seu protocolo? Qual é o tônico mais indicado para ela usar? Ela poderá receber algum tipo de máscara facial? Qual máscara facial ela poderá utilizar de acordo com seu tipo de pele?

Para que você consiga responder todas essas questões estude com atenção o item Não pode faltar. Bons estudos!

Não pode faltar

Devemos entender e ter claro em nossa mente que a higienização facial é um procedimento estético importante no cuidado com nossa pele. A higienização atua diretamente na retirada das impurezas da pele, ou seja, é pela higienização que conseguimos ter uma pele mais limpa, macia e viçosa. Além de deixar a pele limpa, a higienização prepara a pele para todos os procedimentos faciais, pois ao retirar as sujidades e a oleosidade da pele ela fica mais apta a receber o próximo produto, que irá penetrar na pele com maior facilidade.

Esses cuidados devem ser diários e isso permitirá a manutenção da saúde da pele. A pele que recebe uma higienização correta diariamente produzirá menos sebo, terá um aumento da oxigenação celular e seu manto hidrolipídico permanecerá mais saudável.

Quando associamos ativos cosméticos específicos, a potencialização do tratamento será ainda maior, permitindo que os resultados sejam mais efetivos e prolongados.

HIGIENIZAÇÃO

O primeiro cuidado com a pele é a higienização, ou seja, a limpeza facial. Quando essa limpeza é realizada da maneira correta, com os produtos corretos, permitirá que as sujidades sejam eliminadas, ou seja, as impurezas que essa pele recebeu durante o dia, resíduos de maquiagem, sebo e suor produzidos pela pele. Isso possibilita uma renovação celular, pois a pele produzirá sebo e suor nas quantidades corretas, permitindo que a pele fique mais saudável.

Quando estamos higienizando a face aumentamos a circulação superficial, fazendo que a região seja mais vascularizada.

Assimile

Quando pensamos em aumento da vascularização precisamos nos lembrar sempre das funções do sangue. O sangue é responsável em levar nutrientes e oxigênio para todo o corpo e retirar os produtos metabólicos, ou seja, o sangue é o responsável em nutrir e limpar os diversos tecidos do corpo.

Quando fazemos uma atividade ou uma manipulação, em que aumentamos a circulação sanguínea naquele tecido, ou seja, causamos hiperemia, essa região receberá mais sangue, consequentemente mais nutrientes e oxigênio e conseguirá eliminar as impurezas dessa região.

Mas não é sempre que o aumento da vascularização será benéfico, quando existe inflamação não podemos aumentar a vascularização, pois poderá piorar o quadro inflamatório, como nos casos das acnes inflamadas.

A nossa pele respira pelos poros, que muitas vezes entopem por causa das sujidades, sebo e suor. Quando isso acontece aparecem os comedões fechados e abertos e as lesões de acne. Dessa maneira, devemos ensinar a higienização para o cliente a fim de que a pele permaneça saudável por mais tempo.

O primeiro passo é escolher um higienizante de acordo com a necessidade do cliente. Se ele tiver uma pele oleosa, opte por gel ou mousse. No mercado de estética existem várias opções, inclusive com princípios ativos que ajudam a diminuir a oleosidade cutânea. É importante que esse princípio ativo tenha ação adstringente, antisséptica e antisseborreica. Quando a pele é mais sensível, devemos sempre optar por ativos que possuam ação calmante, anti-inflamatória e hidratante. Para as peles mais secas, devemos optar por princípios ativos hidratantes e umectantes.

Exemplificando

Segue um quadro com alguns exemplos de princípios ativos com as ações específicas citadas anteriormente.

Quadro 3.2 | Princípio ativo e ação

AÇÃO	PRINCÍPIO ATIVO
ADSTRINGENTE	- Bromelina (derivada do abacaxi). - Alecrim.

ANTISSÉPTICA	- Bromelina (derivada do abacaxi). - Ácido salicílico. - Alecrim. - Calêndula.
ANTISSEBORREICA	- Alecrim.
CALMANTE	- Alantoína. - Alfabisabolol. - Azuleno. - Betaglucan .
ANTI-INFLAMATÓRIA	- Alantoína.
HIDRATANTE	- Ácido hialurônico. - Alantoína. - Alfabisabolol.
UMECTANTE	- Aloe vera.

Fonte: elaborado pela autora.

É importante que façamos a higienização da nossa pele duas vezes ao dia. Pela manhã realizamos com a finalidade de remover as oleosidades de produtos noturnos, assim como sujidades produzidas pela nossa pele. À noite precisamos limpar com a finalidade de retirar resíduos de maquiagem e de produtos aplicados durante o dia.

Os movimentos para a higienização facial devem ser do centro para as laterais e sempre ascendentes, para uma limpeza mais eficaz. Devemos usar algodão ou as próprias mãos, mas evitar o uso de gaze ou toalhas que sejam ásperas, pois podem irritar e machucar a pele.

Figura 3.4 | Movimentos para higienização facial

Fonte: adaptada de <https://www.istockphoto.com/br/foto/linda-mulher-negra-remover-maquiagem-gm511949543-46746586>. Acesso em: 3 dez. 2017.

ESFOLIAÇÃO

Assim como a higienização, a esfoliação é um passo imprescindível para termos uma pele saudável, mas muitas vezes as pessoas se esquecem de realizar a esfoliação facial. O intuito principal desse procedimento é proporcionar uma limpeza mais profunda na pele, retirando além de sujidades as células mortas.

Todos os tipos de pele podem e devem realizar esfoliação, o que difere é o produto utilizado e a frequência do tratamento.

Uma regra que pode ser utilizada é que uma pele oleosa pode ser esfoliada de 15 em 15 dias. A pele seca uma vez ao mês e a pele normal deve usar um intervalo de 20 a 30 dias para repetir o procedimento. Já na pele sensível ou reativa a esfoliação pode ser feita uma vez ao mês e utilizar produtos menos abrasivos.

Outro fator importante que devemos ter em mente é a força que aplicamos no rosto de nosso cliente durante esse procedimento. Lembre-se de que o produto já possui grãos ou então alguma outra substância que será abrasiva, dessa maneira precisamos ter mãos mais leves, pois se fizermos muita força estaremos machucando a pele do cliente.

Reflita

Você sabia que enquanto aplicamos o esfoliante precisamos ficar atentos a qualquer tipo de reação da pele do cliente? Se ele sentir coceira ou ardor pode estar apresentando uma reação alérgica ao produto. Você sabia que algumas pessoas começam a apresentar hiperemia durante a esfoliação? Como você deve proceder nesses casos? Quando há hiperemia pare de esfoliar aquela região e vá para outra, assim não estará agredindo a pele do cliente.

Muitas vezes achamos que a função da esfoliação é apenas retirar as células mortas, mas seus benefícios são inúmeros. A pele ficará com uma aparência melhor, haverá desobstrução dos poros, há renovação celular e a pele receberá melhor o produto que será aplicado na sequência. A esfoliação feita de maneira correta pode evitar o aparecimento das acnes.

Os esfoliantes podem ser químicos, físicos ou enzimáticos. O que difere cada um deles é a reação química que acontecerá na pele para a retirada das células mortas.

Mesmo sendo preciso esfoliar a pele não são todas as pessoas que podem realizar esse procedimento. As contraindicações da esfoliação são:

- Peles muito sensíveis, pois a esfoliação pode causar irritabilidade.
- Peles com psoríases e lesões abertas.
- Dermatite atópica.
- Micoses.
- Queimaduras solares de grau 3 ou 4. Deve-se esperar passar a hiperemia para não lesar ainda mais a pele.
- Outras doenças que causem alteração na pele, por exemplo, bolhas, pústulas, dentre outras.

TONIFICAÇÃO

Após limpar a pele e esfoliar, precisamos utilizar um produto que devolva o pH da pele. Esse produto é o tônico. Muitas pessoas acabam não tonificando a pele por acharem que esse passo pode ser substituído, mas na verdade ele deve ser levado a sério principalmente pelo cliente que tem pele oleosa.

Esse produto restabelece o pH da pele, pois consegue equilibrar a quantidade de água e óleo na pele. Além disso, pode eliminar alguma sujidade que ainda tenha permanecido na pele.

Ao aplicar o tônico na pele, realizamos movimentos de tamborilamento com a ponta dos dedos e estimulamos a microcirculação cutânea, promovendo suavidade e acalmando a pele.

Os tônicos podem ser divididos em dois tipos:

- Tônico hidratante – utilizado em pele normal e seca.
- Tônico adstringente – utilizado em pele mista ou oleosa.

Exemplificando

Devemos sempre nos lembrar que diferentes tipos de pele exigem diferentes tipos de produto. Você deve ter no seu local de trabalho produtos que sejam utilizados em peles secas, oleosas, mistas, sensíveis, pois assim conseguirá utilizar o produto da maneira correta e com as indicações adequadas. Por exemplo, se seu cliente tiver uma pele mista ou oleosa e você usar um produto para pele normal, a oleosidade da pele de seu cliente irá aumentar. Se você utilizar um tônico adstringente em uma pele seca seu cliente sentirá um ardor na sua pele, podendo apresentar algum tipo de hiperemia. Por isso, você deve escolher bem o produto para a pele de seu cliente.

MÁSCARAS FACIAIS E FINALIZADORES

Ao longo dos anos é normal que nossa pele perca suas propriedades de regeneração e um ressecamento, que antes aparecia uma vez ou outra, começa a aparecer sempre. A pele começa, então, a apresentar um ar mais cansado, aparenta menos flexibilidade, vai perdendo o brilho e o viço e as chances do aparecimento de rugas começa a ficar ainda maior. Se a sua pele estiver bem cuidada essas características vão demorar mais para aparecer e você apresentará uma pele mais bonita, mais jovem, mesmo tendo mais idade.

A hidratação facial é o passo que vem na sequência. Após limpar, esfoliar e tonificar, precisamos hidratar essa pele.

A hidratação tem como finalidade favorecer a elasticidade da pele e devolver a unidade dos tecidos mantendo um equilíbrio hídrico na pele.

Podemos citar como benefícios da hidratação facial:

- Evitar o ressecamento – o hidratante mantém a umidade da pele e se usarmos um hidratante com princípio ativo o tecido ficará revitalizado e mais saudável.
- Melhora a luminosidade da pele – quando usamos um hidratante com nutrientes a pele ficará com aspecto mais bonito, com uma luminosidade natural.
- Proteção contra poluição – muitos hidratantes possuem anti-oxidantes e por isso diminuem os danos causados pela poluição.
- Prevenção de manchas – muitos hidratantes vêm associados a despigmentantes e a protetores solares, item imprescindível no combate às manchas.
- Prevenção de envelhecimento precoce.
- Controlar a oleosidade cutânea.

Como finalizadores podemos utilizar vários tipos de máscaras faciais, sempre levando em conta na hora da escolha quais são os princípios ativos e que benefícios proporcionam para a pele.

As máscaras faciais, no geral, têm como função renovar e nutrir a pele, deixando-a com aparência mais saudável e bonita. Nos protocolos de tratamentos faciais muitas vezes finalizamos com uma máscara facial.

As máscaras são preparações que possuem altas concentrações nutritivas e diferentes texturas. Geralmente essas máscaras são aplicadas e ficam de 10 a 20 minutos na pele. É importante que essas máscaras sejam adequadas às necessidades do cliente. No geral, elas podem ser nutritivas ou oclusivas.

Máscaras oclusivas têm como função realizar a oclusão, permitindo que o princípio ativo em contato com a pele não perca nutrientes para o meio externo. Geralmente possuem em sua composição argila, gesso, máscaras hidroplásticas, dentre outras.

As máscaras nutritivas são em gel, creme, emulsões e são ricas em princípios ativos. Existem máscaras que vêm em formatos para

aplicação direta na face e que permeiam a pele muito bem, dando resultados ótimos.

As máscaras ainda podem ser divididas em:

- Beleza instantânea: promovem um *lifting* facial reduzindo rugas e dando luminosidade à pele. Geralmente essas máscaras tem efeito cinderela, de ação imediata, sendo muito utilizadas antes de maquiagens, pois funcionam muito bem como primer.
- Calmantes: em sua composição possuem ativos que têm a finalidade de acalmar qualquer reação na pele. Geralmente são em formato de gel e são frios.
- Hidratantes: indicado para peles mais secas, pois ajudam a manter a umidade e protege contra agressões externas.
- Nutritivas: alimentam a pele. Permitem que princípios ativos penetrem com mais eficácia e ajudem a pele a ficar mais saudável.
- Adstringentes e purificantes: ajudam a diminuir a oleosidade da pele e fecham os poros. Essas máscaras conseguem equilibrar a pele e permitem que a oleosidade vá diminuindo.

As máscaras podem ser utilizadas por clientes de várias idades, podemos indicar o uso delas já a partir da adolescência, mas de forma regular a partir dos 30 anos, pois a pele vai perdendo nutrientes.

Após a aplicação da máscara hidratante devemos fazer uso do protetor solar que também deve ser adequado ao tipo de pele de nosso cliente.

Pesquise mais

Para aprender mais sobre princípios ativos e sua ação na pele, acesse: <http://www.belcol.com.br/2013/conteudo/glossario.php>. Acesso em: 18 dez. 2017.

Sem medo de errar

Agora vamos associar os conceitos aprendidos com o caso hipotético apresentado no item Diálogo aberto, vamos relembrá-lo?

Denise está muito feliz com o resultado da limpeza de pele que você realizou, disse que várias amigas repararam e também

estão querendo fazer. A mãe de Denise ainda está preocupada com a oleosidade da pele e sabe que se ela não se cuidar as lesões voltarão, por isso, pediu que você desenvolvesse um protocolo de atendimento para melhorar a pele da filha. A mãe está disposta a levar Denise uma vez por semana até você, para que seja dada continuidade no tratamento. Você sabe que o trabalho em cabine é importante, mas o uso domiciliar dos produtos garantirá o sucesso no tratamento.

Denise acha que quanto mais esfoliar a pele, com menos acne ela ficará. Você sabe que isso que acontecerá. Como você explicará esse mecanismo para sua cliente? Qual a importância dos produtos que ela utilizará para limpeza, tonificação, hidratação e proteção? Como ela deve fazer a higienização facial? Que tipo de produto você poderá associar ao seu protocolo? Qual é o tônico mais indicado para ela usar? Ela poderá receber algum tipo de máscara facial? Qual máscara facial ela poderá utilizar de acordo com seu tipo de pele?

Vamos explicar para Denise que quando esfoliamos retiramos as células mortas. Dessa maneira, se ela fizer esfoliação todo o dia, começará a machucar sua pele e causará um efeito reverso ao desejado. A frequência ideal é de 15 em 15 dias. Se ela começar um tratamento virá semanalmente, então não precisará esfoliar sua pele em casa, pois você realizará essa esfoliação em cabine.

Sempre que limpamos a pele tiramos as sujidades, na sequência devemos tonificar a pele para que haja equilíbrio do pH cutâneo e, depois, hidratar, assim a pele ficará mais saudável e mais bem cuidada. Por fim, aplicamos um protetor solar que tem o intuito de proteger a pele dos raios ultravioletas.

Como Denise apresenta oleosidade na zona T e também tem áreas ressecadas, provavelmente por causa da prática de natação, ela tem lesões de acne e comedões e alguns vasinhos sanguíneos visíveis na região lateral do nariz. Além disso, Denise tem o costume de usar uma maquiagem mais oleosa para esconder essas lesões, então, podemos escolher uma linha que seja voltada para peles mistas, que reduzirá a oleosidade em algumas áreas e hidratará onde for necessário. Ela pode utilizar máscaras que sejam calmantes e adstringentes, assim evitamos o aparecimento de novas lesões de acne e as lesões que estão presentes começam a ser tratadas. Essas

máscaras calmantes também são indicadas para peles mais sensíveis e o fato da Denise apresentar vasinhos sanguíneos evidentes na região lateral do nariz indica que sua pele também é desse tipo.

Avançando na prática

Hidratar ou nutrir a pele?

Descrição da situação-problema

Soraya é uma cliente que tem feito tratamentos corporais com você, ela gosta de drenagem linfática e massagem modeladora. Soraya tem 58 anos e percebeu muita alteração na sua pele por causa da menopausa. Seus cuidados diários são: limpeza com higienizante, tonificação da pele e hidratação. Ela quer começar um protocolo antienvelhecimento, mas tem dúvidas se precisa nutrir mais ou hidratar melhor a pele. Qual seria o melhor protocolo para essa cliente? Quais orientações você daria para ela? Que tipo de máscara facial você utilizaria nela?

Resolução da situação-problema

Soraya já é uma cliente que tem trabalhado a parte corporal e cuida da face também. Dessa maneira, podemos esperar resultados ainda melhores e mais rápidos nesse tratamento. Podemos pensar em uma máscara nutritiva, com princípios ativos que devolvam à pele nutrientes perdidos ao longo dos anos. Um desses princípios ativos é o silício orgânico, que ajuda na elasticidade e diminuição de rugas. Oriente-a de que na rotina diária dela está faltando apenas um passo: a proteção. È importante que Soraya faça uso regular do protetor solar, assim conseguirá melhorar ainda mais a sua pele.

Faça valer a pena

1. Devemos entender e ter claro em nossa mente que a higienização facial é um procedimento estético importante no cuidado com nossa pele. A higienização atua diretamente na retirada das impurezas da pele, ou seja, é por meio da higienização que conseguimos ter uma pele mais limpa, macia e viçosa. Além de deixar a pele limpa, esse procedimento prepara a pele para todos os procedimentos faciais, pois ao retirar as sujidades e a

oleosidade da pele ela fica mais apta a receber o próximo produto, que irá penetrar na pele com maior facilidade.
Esses cuidados devem ser diários e isto permite a manutenção da saúde da pele. Essa pele que recebe uma higienização correta diariamente produzirá menos sebo, aumentará a oxigenação celular e o manto hidrolipídico permanecerá mais saudável.

Qual é a ordem correta dos cuidados diários que precisamos ter em nossa face?

a) Higienização – hidratação – proteção – tonificação.
b) Tonificação – esfoliação – proteção – hidratação.
c) Higienização – tonificação – hidratação – proteção.
d) Tonificação – higienização – esfoliação – proteção.
e) Proteção – hidratação – tonificação – higienização.

2. Muitas vezes achamos que a função da esfoliação é apenas retirar as células mortas, mas seus benefícios são inúmeros. Leia as afirmativas a seguir e classifique-as em V (verdadeiro) ou F (falso).
( ) Após a esfoliação, a pele ficará com uma aparência melhor, haverá desobstrução dos poros, renovação celular e a pele estará mais bem preparada para receber o produto que será aplicado.
( ) Os esfoliantes podem ser químicos, físicos ou enzimáticos, o que difere cada um deles é a reação química que acontecerá na pele para a retirada das células mortas.
( ) É preciso esfoliar a pele, todas as pessoas devem realizar esse procedimento.
( ) A esfoliação é um procedimento que entra nos cuidados diários da pele, ou seja, deve ser realizado todos os dias.

A ordem correta de V (verdadeiro) e F (falso) é:

a) F – F – V – V.
b) V – V – F – F.
c) V – F – V – F.
d) V – V – V – F.
e) F – V – F – V.

3. As máscaras faciais, no geral, têm como função renovar e nutrir a pele, deixando-a com aparência mais saudável e bonita. Nos protocolos de tratamentos faciais muitas vezes finalizamos com uma máscara facial. As máscaras nutritivas são em gel, creme, emulsões e são ricas em princípios ativos. Existem máscaras que vêm em formatos para aplicação direta

na face e que permeiam a pele muito bem, dando resultados ótimos. Relacione a coluna da esquerda (tipo de máscara), com a coluna da direita (finalidade da máscara). Depois, assinale a alternativa que possui a ordem correta da coluna da direita.

MÁSCARA	FINALIDADE DA MÁSCARA
A. Beleza instantânea	( ) Alimentam a pele. Permitem que princípios ativos penetrem com mais eficácia e ajudem a pele a ficar mais saudável.
B. Calmantes	( ) Ajudam a diminuir a oleosidade da pele e fecham os poros. Essas máscaras conseguem equilibrar a pele e permitem que a oleosidade vá diminuindo.
C. Hidratantes	( ) Indicado para peles mais secas, pois ajudam a manter a umidade e protegem contra agressões externas.
D. Nutritivas	( ) Em sua composição possuem ativos que têm a finalidade de acalmar qualquer reação na pele. Geralmente são em formato de gel e são frios.
E. Adstringentes e purificantes	( ) Promovem um *lifting* facial reduzindo rugas e dando luminosidade à pele.

A ordem correta da coluna da direita é:

a) A – C – D – E – B.
b) D – A – C – B – E.
c) A – E – C – B – D.
d) E – A – D – C – B.
e) D – E – C – B – A.

Referências

_____. **Curso didático de estética**. São Caetano do Sul: Yendis, 2012. v. 2.

_____. **Fundamentos de Estética 4**: Milady's Standard – Estética, volume 4. São Paulo: Cengange Learning, 2011.

_____. **Recursos técnicos em estética**. São Caetano do Sul: Difusão Editora, 2013. v. 1.

COSTA, Adilson. **Tratado internacional de cosmecêuticos**. Rio de janeiro: Guanabara Koogan, 2012.

GERSON, Joel et al. **Fundamentos de estética 3**: Milady's Standard – Ciências da pele, volume 3. São Paulo: Cengange Learning, 2011.

GUIRRO, Elaine Caldeira de Oliveira; GUIRRO, Rinaldo Roberto de J. **Fisioterapia Dermato-funcional**: fundamentos – recursos – patologias. 3. ed. Barueri: Manole, 2010.

IFOUD, Judith; FORSYTHT-CONROY, Debbie; WHITTAKER, Maxine. **Técnicas em estética**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2015.

LACRIMANTI, Lígia Marini. **Curso didático de estética**. São Caetano do Sul: Yendis, 2012. v. 1.

PEREIRA, Maria de Fátima Lima (org). **Cosmetologia**. São Caetano do Sul: Difusão Editora, 2013.

Acne

Convite ao estudo

Um dos problemas mais frequentes, que faz com que clientes busquem os profissionais de estética, é a acne. Esse problema interfere na autoestima e, muitas vezes, não é levado a sério e pode trazer sérios riscos para o adolescente, que cutuca as lesões e/ou usa maquiagem para escondê-las.

Você, profissional da área de estética, tem que conhecer bem essa alteração e como poderá trata-la e amenizar suas sequelas.

Vamos relembrar nosso caso estudado até agora. Denise está muito feliz com o resultado da limpeza de pele que você realizou nela. Disse que várias amigas repararam e também estão querendo fazer. Já faz um mês que ela realizou o procedimento e você observa melhora na oleosidade, diminuição das lesões de acne e a pele está menos machucada, pois ela não está mais cutucando a toda hora. Ainda apresenta algumas lesões de acne, principalmente no período menstrual. Sua pele está mais hidratada e Denise tem se dedicado a cuidar melhor dela. O único problema é que muitas vezes esquece de retirar a maquiagem antes de dormir, principalmente quando chega muito tarde. Você realizará uma limpeza de pele na próxima semana, mas dessa vez fará uma sessão de desincruste. Como será realizado esse protocolo? Quais tipos de lesão Denise ainda está apresentando? Quais caraterísticas de sua acne? Quais outros produtos podemos agregar nos tratamentos propostos?

Nesta unidade, entenderemos a fisiologia da acne, quais são os agentes etiológicos que causam essas lesões. Identificaremos quais são os mecanismos envolvidos no

processo inflamatório. Depois, abordaremos técnicas e métodos de tratamentos específicos para tratar pele com acne: quais são as características clínicas dessas lesões; como são os diferentes graus de acne e elaboração de um protocolo de tratamento para acne. Finalizamos com o estudo de equipamentos utilizados na extração das acnes, identificação dos produtos mais utilizados nesse tratamento, quais técnicas de *peeling* podem ser feitos e quais tipos de laser e LED podem ser usados nessas lesões.

Seção 4.1

Etiopatogenia, tipologia e características clínicas da acne

Diálogo aberto

Nesta unidade, aprenderemos a fisiopatologia da acne, qual o agente etiológico envolvido nessa fisiopatologia, quais são os mecanismos que estão envolvidos no processo inflamatório, como deve ser realizada a observação clínica, suas caracterizações e os diferentes tipos. Abordaremos as técnicas e recursos de tratamento específico, quais as diferenças clínicas das lesões assim como os diferentes graus de acne.

Você será capaz de entender a importância da elaboração de um protocolo para peles acneicas, e como proceder nesses casos. Por fim, aprenderá sobre os diversos tratamentos da acne e como deve escolher o melhor para o seu cliente.

Para ficar mais fácil a compreensão, vamos retomar a situação apresentada no convite ao estudo.

Denise está muito feliz com o resultado da limpeza de pele que você realizou nela. Disse que várias amigas repararam e também estão querendo fazer. Já faz um mês que ela realizou o procedimento e você observa melhora na oleosidade, diminuição das lesões de acne e a pele está menos machucada, pois ela não está mais cutucando a toda hora. Ainda apresenta algumas lesões de acne, principalmente no período menstrual. Sua pele está mais hidratada e Denise tem se dedicado a cuidar melhor dela. O único problema é que muitas vezes esquece de retirar a maquiagem antes de dormir, principalmente quando chega muito tarde. Você realizará uma limpeza de pele na próxima semana, mas dessa vez fará uma sessão de desincruste. E agora? Como você poderá dar continuidade ao tratamento visando a diminuição da oleosidade? Como poderá explicar a importância dos cuidados com a pele para evitar a proliferação de bactérias envolvidas no processo de acne, assim como evitar o surgimento de lesões inflamatórias? Denise está preocupada se vai continuar tendo essas

lesões o resto da vida. Como você pode explicar para ela sobre os tipos de acne que existem?

Não pode faltar

A acne é uma doença dermatológica e conhecida popularmente como espinhas. É uma doença cutânea que irá acometer por unidade pilossebácea e pode atingir muitas pessoas em diferentes fases da vida. É mais comum o surgimento da acne em adolescentes. Mas, em alguns adultos, ela também pode estar presente. A acne pode estar relacionada a problemas hormonais, ao estresse e à hereditariedade.

Podemos dizer que a acne irá afetar as regiões mais oleosas da pele, e confere a essa região afetada, um aspecto brilhoso, lustroso; os óstios foliculares se apresentam dilatados e obstruídos.

A acne, no geral, não apresenta risco de morte para o nosso cliente, mas ela provoca alterações na pele que podem causar uma lesão ou até a perda de um determinado tecido do corpo.

Para sabermos melhor como tratar, é importante entendermos o seu surgimento.

Fisiopatologia da acne

Ao falarmos em fisiopatologia da acne, precisamos entender 4 fatores que interagem entre eles. Inicialmente causam uma lesão primária e depois podem ir piorando o quadro inicial. Os quatro fatores são:

1. Hiperqueratinização folicular
2. Aumento da produção sebácea
3. Colonização bacteriana
4. Resposta imunológica e inflamatória

Dessa maneira, entende-se que a hiperqueratinização, associada ao aumento da secreção sebácea, irá obstruir o folículo piloso. A obstrução desse folículo, somada à alteração da flora bacteriana presente na nossa pele, provoca a acne. A bactéria irá se alimentar do sebo produzido, e poderá ocasionar as inflamações nos folículos sebáceos.

Nessa fisiopatologia existem dois processos individualizados mas associados à patologia da acne: comedogênese e acnegênese.

Comedogênese é a reação não inflamatória do folículo piloso que é caracterizada pelo aumento da hiperceratose compacta densa. Geralmente, esse processo precede a acnegênese. É nessa fase que há a formação do comedão mas não há processo inflamatório.

Figura 4.1 | Comedões oxidados (fase da comedogênese)

Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/fechado-de-blackheads-no-nariz-com-travas-gm531372223-55314038> Acesso em: 14 dez. 2017.

A fase de acnegênese ocorre quando há inflamação do folículo pilossebáceo. Assim, há retenção do sebo dentro da glândula e ação da bactéria, que leva à multiplicação de micro-organismos que produzem lipase e transformam os triglicerídeos em ácidos graxos livres com capacidade irritativa. Pode haver formação de pústulas, pápulas, cistos e nódulos.

Figura 4.2 | Pústulas e nódulos (fase da acnegênese)

Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/jovem-com-problema-de-pele-gm694066098-128221905> Acesso em: 14 dez. 2017.

Assimile

É comum as pessoas se confundirem com os termos pústulas, pápulas, nódulos e cistos. Você precisa ter essas definições bem claras para identificar corretamente as lesões.

• Pústulas: são elevações de pele bem delimitadas que possuem pus no seu interior. O pus é um líquido formado por glóbulos brancos, bactérias e outros detritos resultantes de uma infecção.

• Pápulas: são pequenas elevações sólidas que medem menos que 1 cm de diâmetro. Em alguns casos são dolorosas.

• Nódulos: são pápulas maiores, ou seja, com mais de 1 cm de diâmetro. São dolorosos e, em alguns casos, podem apresentar diferença de temperatura. Geralmente possuem um tamanho entre 1 e 3 cm de diâmetro e pode ser profundo na pele

• Cistos: é uma formação fechada que contém líquidos ou substâncias semissólidas.

Etiologia da acne

A etiologia da acne, ou seja, a sua origem, pode variar de um cliente para outro, pois existem diversos fatores que podem influenciar no seu aparecimento. Alguns fatores que possibilitam a instalação dessas lesões acneicas nos folículos sebáceos são:

- Alteração na unidade pilossebácea;
- Aumento ou então bloqueio da secreção sebácea;
- Inflamação dos folículos pilossebáceos;
- Presença de bactérias no ducto pilossebáceo;
- Afecções cutâneas;
- Ceratose;
- Estreitamento no folículo pilossebáceo;
- Alterações químicas do sebo secretado que pode causar irritação na pele.

Outros fatores também influenciam no aparecimento da acne, dentre eles, destaca-se hereditariedade e alterações hormonais.

Exemplificando

Quando você tem um cliente que apresenta acne, deve verificar o que provavelmente causou esse aparecimento. Por isso, é importante sempre realizar a anamnese, assim você terá condições de entender um pouco mais esse cliente e perceber se essas lesões de acne apareceram na adolescência ou em algum outro período de alterações hormonais. Ou ainda se a acne está relacionada com a hereditariedade ou se é porque esse seu cliente não usa os produtos corretos no rosto.

Um fator que pode ser considerado genético é a obstrução dos óstios causada pela hiperqueratinização folicular. Nesses casos, as células mortas da pele não se soltam dos folículos como nos indivíduos com pele normal. Além disso, há uma produção excessiva de sebo, que formam os comedões quando se juntam com essas células mortas que não se desprenderam.

Reflita

Você sabia que muitos clientes acham que o problema é quando a acne inflama? Na verdade esses comedões já representam um início do problema, pois, se eles já forem tratados inicialmente, a chance de inflamação será bem menor.

As bactérias presentes na acne são anaeróbias, ou seja, elas não conseguem sobreviver na presença de oxigênio. Quando os folículos estão obstruídos com sebo e células mortas, formam-se os comedões. Esses, impedem que o oxigênio entre nos folículos e, dessa maneira, permitem que a *Propionibacterium acnes* se prolifere nesse folículo. O sebo acumulado dentro do folículo pode causar a inflamação dessa região. À medida que as bactérias se proliferam e a inflamação aumenta, uma pressão é exercida na parede desse folículo, pressionando estruturas vizinhas. Se essa parede se romper, todos os detritos acabam indo em direção da derme, piorando o quadro de inflamação e as bactérias podem migrar para outras estruturas.

Assimile

A inflamação ocorre quando um objeto estranho é detectado pelo corpo. Nesse momento, os glóbulos brancos e outras células também migram para o local, para combater esse objeto estranho. Para que seja caracterizado como inflamação, a região afetada deve apresentar alguns sinais flogísticos:

- Dor;
- Calor;
- Rubor;
- Edema;
- Perda de função .

Esses sinais flogísticos da inflamação podem ser diferentes caso a inflamação seja aguda ou crônica, de acordo com o tempo de instalação da mesma.

Existem elementos que podem desencadear a acne como por exemplo fatores hormonais, alguns produtos cosméticos, alimentos, clima, sol e medicamentos.

Os hormônios andrógenos masculinos (como a testosterona, por exemplo) estimulam as glândulas sebáceas. Nos meninos, esses hormônios aumentam durante o período da puberdade. Já nas mulheres, a acne no período da adolescência não é tão grave pois existe uma menor produção de testosterona. Mas as flutuações hormonais decorrentes do uso de contraceptivos, alterações menstruais, gravidez e a menopausa podem levar à formação de acne nas mulheres.

Reflita

Você sabia que a região mais suscetível à acne causada por alterações hormonais é a região do queixo? Você sabia que no primeiro trimestre da gestação aparecem mais lesões de acne? Sabe explicar o por quê? Pois neste período as mulheres têm mais testosterona, por isso podem aparecer mais lesões de acne.

Tem-se percebido que problemas hormonais tem sido uma das causas mais comuns dos problemas de pele.

O estresse pode causar flutuações hormonais e consequentemente a produção excessiva de sebo. Nesse caso, o mecanismo acontece da seguinte maneira:

Glândula suprarrenal responde ao estresse

↓

Secreta adrenalina (que nos ajuda a lidar com eventos estressantes) e androgênio

↓

O androgênio estimula a glândula sebácea

↓

Presença de acne

Por esse motivo, é comum o aparecimento de espinhas quando temos algum evento importante e queremos estar impecáveis. O nível de estresse aumenta e estimula todo esse processo explicado acima.

Alguns cosméticos podem causar acne ou então agravar o problema. Geralmente, produtos que apresentem óleos ou ceras podem obstruir ou causar irritação nos folículos pilosos. O ideal é que os clientes que tenham a pele mais oleosa procurem produtos livres dessas composições, também chamados de produtos *oil free* (livres de óleos). Muitos produtos de maquiagem acabam tendo função comedogênica, ou seja, produzem comedões pois são muito oleosos e gordurosos.

Nossos hábitos alimentares também afetam o nosso corpo como um todo, mas ainda carece de mais estudos que relacionem a alimentação à acne. Sabe-se que alimentos com excesso de sal, como embutidos, podem piorar a acne já existente. Já uma alimentação rica em legumes, frutas frescas e a ingestão de água pode ajudar a diminuir os surtos da acne.

Outro fator que pode ocasionar o surgimento da acne é o atrito, a pressão, como, por exemplo, ficar cutucando o rosto o tempo todo, sujidades no travesseiro ou nos pincéis de maquiagem, uso excessivo de bonés ou chapéus podem causar essas irritações na pele e ocasionar o aparecimento ou agravamento do quadro da acne.

É importante que você consiga identificar as diferenças clínicas da acne assim como suas características. As variedades de inflamações na pele é o que determina os diferentes graus da acne. A lesão principal da acne é o comedão, que pode ser de diversas proporções e pode ter ou não a presença de bactérias.

Na pele acneica encontramos comedões, comedões inflamados, pápulas, pústulas, cicatrizes, cistos, nódulos, hiperemia, e prurido.

As áreas mais comuns do aparecimento dessas lesões é a face, tórax e costas, que são áreas ricas em glândulas sebáceas.

O prurido, conhecido popularmente como coceira, é um sintoma comum nos quadros de acne. Inicialmente o prurido ocorre para induzir a retirada do que está causando a coceira. O problema é que ao coçar a região a pessoa acaba enviando mais sujidades naquela região, prejudicando ainda mais a lesão.

Reflita

Você sabe o que é que pode acalmar esses pruridos ocasionados pela acne? Água gelada. Você pode fazer compressas com soro fisiológico ou água gelada. Isso irá acalmar o prurido e a pele.

Os comedões são as lesões mais comuns encontradas nos quadros de acne. Podem ser oxidados, de aparência mais escura, são os abertos e com o óstio dilatado. Os comedões brancos apresentam-se fechados com óstio pequeno.

Importante saber que o escurecimento do comedão se dá devido à oxidação das gorduras e do aumento da deposição de melanina na região e não por sujeira.

A acne pode apresentar-se de diversos modos em variadas idades e com caraterísticas distintas. Pode ser vulgar, escoriada, infantil, pré-menstrual, ocupacional, solar, dentre outras.

Importante é sempre tentar identificar o tipo de acne para que posteriormente consiga escolher o melhor tratamento.

Pesquise mais

O capítulo 13 do livro *Estética Facial Essencial – orientações para o profissional de estética*, da autora Priscila Dal Gobbo, fala sobre alguns tipos de acnes e suas características, principalmente nas páginas 115 e 116.

Sem medo de errar

Agora vamos dar continuidade no nosso caso estudado. Vamos relembrar a história da Denise.

Denise está muito feliz com o resultado da limpeza de pele que você realizou nela. Disse que várias amigas repararam e também estão querendo fazer. Já faz um mês que ela realizou o procedimento e você observa melhora na oleosidade, diminuição das lesões de acne e a pele está menos machucada, pois ela não está mais cutucando a toda hora. Ainda apresenta algumas lesões de acne, principalmente no período menstrual. Sua pele está mais hidratada e Denise tem se

dedicado a cuidar melhor dela. O único problema é que muitas vezes esquece de retirar a maquiagem antes de dormir, principalmente quando chega muito tarde. Você realizará uma limpeza de pele na próxima semana, mas dessa vez fará uma sessão de desincruste. E agora? Como você poderá dar continuidade ao tratamento visando a diminuição da oleosidade? Como poderá explicar a importância dos cuidados com a pele para evitar a proliferação de bactérias envolvidas no processo de acne, assim como evitar o surgimento de lesões inflamatórias? Denise está preocupada se vai continuar tendo essas lesões o resto da vida. Como você pode explicar para ela sobre os tipos de acne que existem?

Você precisa explicar os processos envolvidos no surgimento da acne. Deixe claro a importância de lavar o rosto com o sabonete que você indicou o uso. Ela deve usá-lo duas vezes ao dia para diminuir a oleosidade. Precisa sempre manipular o rosto com as mãos limpas, assim não levará mais sujidades. Não pode cutucar as lesões, pois pode espalhar pus em outras regiões da face e então piorar o quadro da lesão. Denise está apresentando essas lesões por causa da sua idade, por não cuidar da pele, usar maquiagem oleosa e isso acabou sobrecarregando. Você deve explicar que, se ela cuidar da pele, são poucas as chances dessas lesões voltarem.

Avançando na prática

Acne e prurido

Descrição

Guilherme é um adolescente de 16 anos que estuda em um colégio técnico de edificações pela manhã e, no período da tarde, faz estágio numa construtora. Está sempre em contato com muita poeira. Tem a pele oleosa e apresenta comedões e espinhas. Usa muito boné e não tem o costume de usar nenhum produto na pele. Foi a um dermatologista que indicou os seus serviços para ele realizar uma limpeza de pele e um tratamento específico. Quando você o atendeu percebeu que sua queixa principal é a coceira que ele sente no rosto, principalmente em volta das espinhas. Como você pode explicar os cuidados que ele deve ter em relação a sua pele e como fazer para que melhore as lesões de acne?

Resolução

Você pode perceber que, nesse caso, a acne está diretamente relacionada à adolescência, e o agrave desse quadro ocorreu pois ele não cuida de sua pele, usa boné e acaba cutucando as lesões por causa do prurido que acomete sua pele. Você vai realizar a limpeza de pele e indicar o *home care* que ele vai utilizar em casa. Você deve ensiná-lo a realizar compressas com água gelada sempre que sentir muita coceira e explicar que, aos poucos, essa coceira vai diminuir conforme for tratando a sua pele. O mais importante é deixar claro que ele não deve coçar, nem estourar as espinhas, pois, ao fazer isso, irá espalhar bactérias sobre sua pele.

Faça valer a pena

1. A acne é uma doença dermatológica e conhecida popularmente como espinhas. É uma doença cutânea que irá acometer o folículo pilossebáceo (glândula sebácea) e pode atingir muitas pessoas em diferentes fases da vida. Leia as afirmativas abaixo e classifique-as em Verdadeiras (V) ou Falsas (F).

( ) I. É mais comum o surgimento da acne em adolescentes, mas em alguns adultos ela também pode estar presente.
( ) II. A acne pode estar relacionada a problemas hormonais, ao estresse e a hereditariedade.
( )III. Podemos dizer que a acne irá afetar as regiões mais secas e espessas da pele e confere a essa região afetada um aspecto brilhoso, lustroso e os óstios foliculares se apresentam dilatados e obstruídos.
( ) IV. A acne, no geral, não apresenta risco de morte para o nosso cliente, nem provoca alterações em nosso cliente. O tratamento da acne é apenas estético.
Enunciado:
A ordem correta de V (verdadeiro) e F (falsa) é:
a) V – V – F – F
b) V – F – V – F
c) F – F – V – V
d) V – V – V – F
e) F – F – V – F

2. Leia a afirmativa abaixo e depois escolha a alternativa que melhor preenche as lacunas.
As _____ presentes na acne são _____, ou seja, elas

não conseguem sobreviver na presença de oxigênio. Quando os folículos estão obstruídos com _____ e células mortas, formam-se os comedões. Esses, impedem que o oxigênio entre nos folículos e, dessa maneira, permitem que a *Propionibacterium acnes* se prolifere nesse folículo. O sebo acumulado dentro do _____ pode causar a inflamação dessa região. À medida que as bactérias se proliferam e a _____ aumenta, uma pressão é exercida na parede desse folículo, pressionando estruturas vizinhas. Se essa parede se romper, todos os detritos acabam indo em direção da _____, piorando o quadro de inflamação e as bactérias podem migrar para outras estruturas.

A alternativa que possui as palavras que preenchem as lacunas são:
a) ESPINHAS – AERÓBIAS – SUOR – FOLÍCULO – HIPEREMIA – EPIDERME
b) BACTÉRIAS – AERÓBIAS – SEBO – PORO – INFLAMAÇÃO – HIPODERME
c) BACTÉRIAS – ANAERÓBIAS – SEBO – FOLÍCULO – INFLAMAÇÃO – DERME
d) ESPINHAS – ANAEROBIAS – SUOR – PORO – INFLAMAÇÃO – EPIDERME
e) BACTÉRIAS – ANAERÓBIAS – SUOR – PORO – DOR – DERME

3. A inflamação ocorre quando um objeto estranho é detectado pelo corpo. Nesse momento, os glóbulos brancos e outras células também migram para o local, para combater esse objeto estranho. Para que seja caracterizado como inflamação, a região afetada deve apresentar alguns sinais flogísticos da inflamação.

Assinale a alternativa que possui os 5 sinais flogísticos da inflamação:
a) DOR – ARDÊNCIA – PRURIDO – EDEMA – PERDA DE FUNÇÃO
b) EDEMA – ARDÊNCIA – PRURIDO – CALOR – PERDA DE FUNÇÃO
c) IRRITAÇÃO – PRURIDO – CALOR – ARDÊNCIA – EDEMA
d) DOR – CALOR – RUBOR – EDEMA – PERDA DE FUNÇÃO
e)DOR – CALOR – ARDÊNCIA – PRURIDO – PERDA DE FUNÇÃO

Seção 4.2

Graus e tratamento da acne

Diálogo aberto

Vamos dar início a mais uma seção. Nesta, aprenderemos os graus de acne, suas definições e características. Também saberemos identificar as lesões desses diferentes graus de acne. Aprenderemos técnicas, recursos e métodos de tratamentos específicos e como elaborar um protocolo diferenciado para o cliente que tenha acne. Para ficar mais fácil a compreensão vamos retomar a situação apresentada no convite ao estudo.

Denise está muito feliz com o resultado da limpeza de pele que você realizou nela. Disse que várias amigas repararam e também estão querendo fazer. Já faz um mês que ela realizou o procedimento e você observa melhora na oleosidade, diminuição das lesões de acne e a pele está menos machucada, pois ela não está mais cutucando a toda hora. Ainda apresenta algumas lesões de acne, principalmente no período menstrual. Sua pele está mais hidratada e Denise tem se dedicado a cuidar melhor dela. O único problema é que muitas vezes esquece de retirar a maquiagem antes de dormir, principalmente quando chega muito tarde. Você realizará uma limpeza de pele na próxima semana, mas dessa vez fará uma sessão de desincruste. Como você irá abordar a importância da retirada da maquiagem antes de dormir? Como você explicará que essas lesões podem piorar ou até mesmo voltar se ela continuar dormindo maquiada? Quais tipos de produtos você poderá utilizar para diminuir a presença da acne? Em que momento você fará o uso de correntes de eletroterapia? Quais tipos de associações você poderá desenvolver? Como você desenvolverá um protocolo de atendimento para a Denise que quer reduzir sua acne e ter uma pele mais tratada?

Não pode faltar

Não pode faltar

Como já vimos na seção anterior, a acne é um dos problemas de pele que mais levam os clientes a procurarem um profissional de estética. Esse problema pode afetar gravemente as estruturas da pele e também a autoestima de seu cliente. A acne pode surgir em surtos ou então perdurar por toda a vida. Por isso, os tratamentos podem ser variados em cada caso. Outro fator importante que influencia no tratamento é o grau de acne que esse cliente apresenta.

Graus de acne

A acne é dividida em quatro graus de acordo com a gravidade das lesões que aparecerem. A acne pode ser:

Grau I – tradicionalmente, sem presença de processo inflamatório.

Grau II – apresenta comedões, pápulas e pústulas com reação inflamatória;

Grau III – comedões, pápulas, pústulas e cistos com uma reação inflamatória mais intensa;

Grau IV – acne inflamatória com a presença de todas as lesões já citadas além da presença de cicatrizes profundas e uma severa reação inflamatória.

Reflita

Você sabia que existem alguns autores que classificam a acne em até cinco graus? E que o Grau V seria chamado de acne *fulminans* ou fulminantes? Sabia que esse tipo de acne é mais grave e pode levar o indivíduo a ser hospitalizado?

É muito importante que seja feito todo um aprendizado sobre os graus da acne, assim o tratamento será mais específico. Quando há um diagnóstico, e como consequência um tratamento precoce, este procedimento será muito mais eficaz.

A classificação da acne é de extrema importância pois a conduta será diferente em cada caso.

Assimile

Lembre-se que a produção de sebo pelas glândulas sebáceas está relacionada à presença de acne. A hiperatividade da glândula sebácea está associada a um desequilíbrio entre a produção de sebo e a secreção desse sebo produzido. Esse processo leva a um bloqueio de sebo no folículo piloso e pode ou não ser seguido de inflamação tecidual. Pode ocorrer, nesses casos, uma queratinização anormal desses folículos que irá formar o comedão.

Vamos então conhecer como identificar os diferentes graus da acne?

Figura 4.3 | Grau I – comedões abertos e fechados

Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/fechado-de-blackheads-com-travas-no-rosto-gm531522195-55314172>. Acesso em: 21 dez. 2017

Figura 4.4 | Grau II – presença de comedões abertos, fechados e pápulas

Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/acne-em-puberty-gm525693393-52922484>. Acesso em: 21 dez. 2017.

Figura 4.5 | Grau III – presença de pústulas e nódulos

Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/jovem-com-problema-de-pele-gm694068898-128224113>. Acesso em: 21 dez. 2017.

Figura 4.6 | Grau IV – presença de comedões fechados, abertos, pústulas, cistos, nódulos e quadro inflamatório

Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/jovem-com-problema-de-pele-gm694066098-128221905>. Acesso em: 21 dez. 2017.

Figura 4.7 | Cicatriz de acne

Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/marcas-de-acne-gm186941486-26229281>. Acesso em: 21dez. 2017.

Nos graus I e II, o tratamento realizado pode ser a limpeza de pele com extrações dos comedões. Nas acnes de graus III e IV não deve ser feita a extração de nódulos ou a manipulação de cistos ou pápulas. Nesses graus maiores, a atuação do profissional em estética

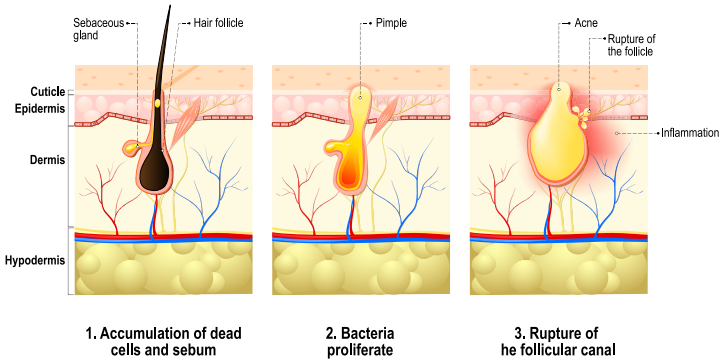
será estimulando a cauterização dessas lesões com o objetivo de auxiliar e contribuir na diminuição do processo inflamatório local.

A manipulação dos comedões das acnes de graus I e II deve ser feita como na limpeza de pele: com todo o cuidado e aplicando emoliente antes do procedimento. Durante o processo de limpeza de pele é importante que se esvaziem todos os comedões e, na sequência, sejam cicatrizados, um a um, com aparelho de alta frequência.

É importante tomar cuidado com aparelhos a vácuo, pois, como a ventosa é maior que o orifício do comedão, o tecido adjacente também será sugado, e isso pode ocasionar cicatrizes atróficas.

Nos graus III e IV não se deve prescrever ou indicar qualquer medicamento. O responsável, nesses casos, é o médico dermatologista. Você pode indicar um médico para atender seu cliente. Lembre-se que não é da competência do profissional de estética e cosmética atuar nesses casos mais graves de acne.

Figura 4.8 | Formação da acne



Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/vetor/forma%C3%A7%C3%A3o-de-acne-pele-humana-gm645164750-117110033>. Acesso em: 21 dez. 2017.

Legenda da Figura 4.8:

1. Acúmulo de células mortas e sebo no folículo piloso
2. Proliferação de bactérias nesse folículo

3. Ruptura do canal do folículo piloso, causando inflamação nos tecidos adjacentes.

Assimile

Lembre-se que o surgimento da acne irá começar com o acúmulo de células mortas e de sebo no folículo piloso. Esse acúmulo irá ocasionar um entupimento do folículo, e o local ficará suscetível à proliferação de bactérias anaeróbias. Se não cuidarmos dessa lesão no começo, ela irá aumentar causando a ruptura do folículo piloso, levando inflamação aos tecidos que estão ao redor. Você consegue observar essa sucessão de acontecimentos na Figura 4.8.

É possível perceber a importância de avaliar o grau de acne para dar o tratamento adequado ao seu cliente.

Existem diversas maneiras de ajudar o cliente no tratamento da acne de graus I e II. Já para a acne de graus III e IV o dermatologista pode prescrever uma medicação. As medicações mais comuns prescritas pelos médicos são:

- Tretinoína – um tipo de ácido derivado da vitamina A. É aplicado na pele e causa um *peeling* que diminui a oleosidade. Pode causar ressecamento na pele, vermelhidão e irritação e fotossensibilidade.
- Clindamicina – é um antibiótico tópico e tem ação bactericida. Pode causar ressecamento na pele.
- Adapaleno – é semelhante ao ácido retinóico. É aplicado na pele e causa um *peeling* na face e é menos irritante que a tretinoína, mas também pode causar ressecamento na pele, vermelhidão e irritação e fotossensibilidade.
- Tazaroteno – é aplicado na pele e age realizando um *peeling*. Pode causar ressecamento na pele, vermelhidão e irritação e fotossensibilidade.
- Ácido azelaico – agente tópico que realiza um *peeling* na região onde é aplicado e tem ação bactericida. Pode causar ressecamento na pele, vermelhidão, irritação e fotossensibilidade.

- Roacutan – é um medicamento usado para acnes mais severas, de uso oral. Pode causar ressecamento severo na pele e risco de má formação fetal em caso de gestantes.

É importante você saber se o seu cliente está fazendo algum tratamento médico para a acne antes de começar qualquer tratamento estético.

Exemplificando

Por exemplo, você tem um cliente que quer fazer limpeza de pele. Ao avaliar a sua pele, observa que ele tem acne grau II. Ao preencher a anamnese, você identifica que esse cliente faz acompanhamento médico e toma medicamentos específicos para a acne e passa um ácido manipulado pelo medico todas as manhãs.

Você irá atende-lo, mas não usará nenhum esfoliante, pois ele já usa ácido diariamente, também não realizará o desincruste, pois poderá deixar a pele mais sensível. Irá caprichar na hidratação pós-limpeza de pele pois sabemos que esses remédios podem causar ressecamento na pele.

Existem fatores que podem agravar a acne e fatores que podem atenuar essas lesões. Como agravantes ,podemos destacar a massagem facial, cremes, pomadas e cosméticos pastosos. Você também deve orientar seu cliente para que ele não manipule a pele querendo extrair as lesões pois isso pode causar uma irritação e aumento da inflamação tecidual.

Como fator atenuante podemos citar a exposição solar de maneira moderada e gradativa, ou seja, bem cedo (entre as 8h e 9h da manhã) ou mais tarde (entre 16h e 17h). Mas, a exposição excessiva ao sol pode causar efeito reverso e aumentar a inflamação.

Para que o tratamento realizado em cabine seja mais eficaz, é preciso conscientizar o cliente sobre a importância e a necessidade de realizar os cuidados de home care. Sempre que for elaborado um protocolo de atendimento ao cliente, é importante seguir os seguintes passos:

- Informar o cliente sobre a acne: desde o que pode causar, assim como fatores que pioram ou melhoram o quadro.

- Esclarecer que o cliente tem participação ativa na melhora do quadro da acne
- Ensinar o *home care* que deve ser: limpeza da pele com um sabonete específico para peles acneicas, aplicação do tônico, sérum hidratante e protetor solar.

Ao ensinarmos o passo a passo dos cuidados em casa estaremos evitando o aparecimento de novas lesões.

A acne é uma alteração cutânea que tem tratamento e que, dependendo do grau, pode ser realizado em cabine por um profissional de estética e cosmética que esteja capacitado para isso.

Você deve ser rigoroso em todo equipamento de biossegurança para trabalhar com esse cliente. Dessa forma evitamos qualquer tipo de contaminação. É importante informar o cliente sobre a assiduidade no tratamento.

Podemos dividir o tratamento em fases:

- Fase I – focamos nas extrações dos comedões. Retiramos os comedões aberto e fechados, cicatrizamos as lesões presentes evitando o surgimento de novas. Essa fase é importante para prepararmos a pele para todo o tratamento que virá na sequencia.
- Fase II – nessa fase, prevenimos a formação de novos comedões. Podemos realizar *peelings*, facilitando a eliminação de células mortas. Devemos priorizar o bem-estar do cliente, por isso, esses procedimentos devem ser realizados com cuidado.
- Fase III – minimizar as cicatrizes que foram formadas, diminuir qualquer quadro inflamatório e assim melhorar a aparência do cliente.

Dependendo de qual fase do tratamento podemos utilizar diversos recursos.

Algumas sugestões de protocolos para as fases:

<u>Fase I</u>

Nessa fase devemos nos concentrar na limpeza de pele. Em alguns casos, não conseguimos retirar todos os comedões numa única sessão. Nessas situações, podemos marcar sessões seguidas para realizar a limpeza de pele. Mas é preciso atenção para não manipular áreas tratadas na semana anterior.

Exemplificando

Um cliente que possui muitos comedões realizará a limpeza de pele em duas sessões. O procedimento poderá ser feito da seguinte maneira: no primeiro dia, são realizadas as extrações da região frontal e nariz; na segunda, serão tratadas a região das bochechas, queixo, pescoço e orelhas. Dessa maneira, o cliente não sentirá tanta dor e procedimento será mais minucioso nas extrações.

Podemos associar, após a limpeza de pele, algumas sessões de alta frequência para melhorar a cicatrização. E realizar o desincruste a cada 15 dias. A sugestão é a seguinte:

1° sessão – limpeza de pele

2° sessão – após uma semana da limpeza de pele, higienizar a pele e aplicar alta frequência na pele toda; finalizar com o sérum hidratante e protetor solar

3° sessão – após 15 dias da limpeza de pele, higienizar a pele toda e realizar o procedimento de desincruste; depois de retirar o produto do rosto, aplicar o sérum hidratante e o protetor solar.

4° sessão – como já se passaram três semanas desde a limpeza de pele, repetir o procedimento.

Fases II e III

A partir desta etapa, devemos elaborar um protocolo de tratamento específico de acordo com o que o cliente precisa. Vamos sempre focar para que a acne não volte, mas devemos colocar também produtos que sejam antioxidantes, com vitaminas, hidratantes para que a pele melhore como um todo.

Podemos aplicar máscaras hidratantes, oclusivas, adstringentes, sempre de acordo com a necessidade do cliente.

A elaboração do protocolo deve ser feito da seguinte maneira:

- Passo 1 – higienização: retiramos a maquiagem e resíduos de sujidades na pele;
- Passo 2 – esfoliação: de acordo com o protocolo escolhido, podemos esfoliar até de 15 em 15 dias para não machucar a pele;

- Passo 3 – aplicação de máscaras: de acordo com a necessidade do cliente;
- Passo 4 – realizar uma manipulação: associar, ao tratamento, uma massagem facial ou uma drenagem linfática facial;
- Passo 5 – finalizar: aplicar o sérum hidratante e o protetor solar.

Devemos sempre reavaliar a pele em toda sessão, pois podemos ter planejado um tipo de atendimento que ficará inviável devido a uma inflamação.

Para atenuar as cicatrizes de acne, muitos pesquisadores tem sugerido o microagulhamento.

Trata-se de uma técnica que utiliza um aparelho com várias agulhas que podem variar de tamanho. A ideia dessa é realizar uma estimulação na produção de colágeno na área tratada. O tamanho dessas agulhas varia de 0,5 mm até 3 mm de comprimento.

Os profissionais que podem realizar esse procedimento são os médicos dermatologistas (utilizando agulhas maiores), fisioterapeutas, biomédicos e profissionais da área de estética especializados na técnica, utilizando as agulhas menores de 0,5 mm de comprimento. Essa técnica tem que ser realizada com muito cuidado e a assepsia é essencial.

As agulhas, após o uso, devem ser descartadas no local indicado e o cliente deve cuidar ainda mais da pele. Os principais resultados obtidos são a melhora de cicatriz de acne e o rejuvenescimento facial.

Pesquise mais

O artigo *Microagulhamento no tratamento de cicatrizes atróficas de acne: série de casos* foi escrito por médicas dermatologistas e descreve casos em que elas fizeram o uso de microagulhamento.

SANTANA, C. N. L. L.; PEREIRA, D. N.; VASCONCELLOS, J. B.; LACERDA, V. C.; VASCONCELOS, B. N. Universidade Autonoma Del Estado de Mexico. Microagulhamento no tratamento de cicatrizes atrófcas de acne: série de casos. 29 jun. 2016. Disponível em: <http://www.redalyc.org/html/2655/265549461009/>. Acesso em: 21 dez. 2017.

Sem medo de errar

Agora vamos dar continuidade no nosso caso estudado. Vamos relembrar a história de Denise.

Denise está muito feliz com o resultado da limpeza de pele que você realizou nela. Disse que várias amigas repararam e também estão querendo fazer. Já faz um mês que ela realizou o procedimento e você observa melhora na oleosidade, diminuição das lesões de acne e a pele está menos machucada, pois ela não está mais cutucando a toda hora. Ainda apresenta algumas lesões de acne, principalmente no período menstrual. Sua pele está mais hidratada e Denise tem se dedicado a cuidar melhor dela. O único problema é que muitas vezes esquece de retirar a maquiagem antes de dormir, principalmente quando chega muito tarde. Você realizará uma limpeza de pele na próxima semana, mas dessa vez fará uma sessão de desincruste. Como você irá abordar a importância da retirada da maquiagem antes de dormir? Como você explicará que essas lesões podem piorar ou até mesmo voltar se ela continuar dormindo maquiada? Quais tipos de produtos você poderá utilizar para diminuir a presença da acne? Em que momento você fará o uso de correntes de eletroterapia? Quais tipos de associações você poderá desenvolver? Como você desenvolverá um protocolo de atendimento para a Denise que quer reduzir sua acne e ter uma pele mais tratada?

Você deve começar explicando um pouco da fisiologia da pele. Como nossa pele funciona, suas camadas, etc.. Dessa maneira, comece a esclarecer que a maquiagem acaba obstruindo os poros e prejudica a liberação do sebo que é produzido nas glândulas sebáceas. Se não conseguir sair, esse sebo irá formar os comedões e, assim, a acne poderá voltar. Ela deve entender que realmente precisa remover a maquiagem antes de dormir. Como a pele dela está melhor, você pode elaborar um protocolo na fase II, em que começará a realizar sessões de desincruste a cada 15 dias e uma limpeza de pele mensalmente. Lembre-se sempre de orientar seus clientes. Dessa maneira explique como Denise cuidará de sua pele. Como você realizará o desincruste, ela precisará ficar mais atenta à hidratação e ao uso de proteção solar. Não se esqueça da rotina de treinos, por isso, marque as sessões de desincruste mais no fim de semana, pois ela não estará indo para a piscina.

Avançando na prática

Foliculite de barba

Descrição

Sérgio é um jovem de 25 anos de idade. Trabalha e estuda, faz faculdade de direito e tem uma rotina bem intensa, dividindo seu tempo entre a faculdade e o trabalho. Ele trabalha em um escritório de advocacia e, às vezes, acompanha os advogados em algumas audiências. Ele teve muita acne durante a adolescência, inclusive fez uso de medicamentos para melhorar o quadro da inflamação. Agora ele apresenta algumas cicatrizes na região da bochecha e do queixo. Por esse motivo, deixa a barba crescer para esconder essas lesões. Mas ele tem percebido que, deixando a barba crescer, surgiram novas lesões de acne. Por isso, procurou seus serviços para diminuir essas lesões. Na avaliação, você percebeu a presença de comedões abertos e fechados no nariz e na região da barba. Como você poderá elaborar um protocolo para tratar essa foliculite da barba e orientar o Sérgio em seus cuidados diário?

Resolução

Primeiro você deve explicar que é comum esse tipo de lesão quando se tem barba. É importante que ele não coce nem fique cutucando o rosto para não piorar as lesões nem causar alguma inflamação. Você realizará a limpeza de pele, mas explicará para o Sérgio que a limpeza de pele será mais completa se ele retirar a barba. Se ele retirar a barba você faz a limpeza de pele completa, se ele não quiser retirar a barba você fará a limpeza de pele no rosto todo, mas as extrações apenas onde não há pelo. Para que diminua essas lesões de folicuite você deverá realizar esfoliação nessa região, sempre atento ao surgimento de pústulas ou outras lesões. Indique o uso de loções antissépticas.

Sérgio deverá higienizar, tonificar e hidratar a pele todos os dias. Você deve ensiná-lo a aplicar o produto na pele que está abaixo da barba, pois muitas vezes o cliente aplica na barba e não na pele. Para que a aplicação seja eficaz ele deve aplicar na pele, abrindo caminhos entre os pelos da barba com um cotonete. Com esses cuidados, seu quadro de foliculite irá melhorar.

Faça valer a pena

1. A acne é um problema que pode afetar gravemente as estruturas da pele e também a autoestima de seu cliente. A acne pode surgir em surtos ou então perdurar por toda a vida. Por isso, os tratamentos podem ser variados em cada caso. Outro fator importante, que influencia no tratamento, é o grau de acne que esse cliente apresenta. Relacione a coluna da esquerda (graus da acne) com a coluna da direita (lesões apresentadas).

I. GRAU I	( ) acne inflamatória com a presença de comedões, pústulas, pápulas além da presença de cicatrizes profundas e uma severa reação inflamatória.
II. GRAU II	( ) comedões, pápulas, pústulas e cistos com uma reação inflamatória mais intensa
III. GRAU III	( ) apresenta comedões, pápulas e pústulas com reação inflamatória
IV. GRAU IV	( ) presença de comedões, apresenta poucas vezes pápulas e pústulas. Em alguns casos há início do processo inflamatório

A ordem correta da coluna da direita é:
a) IV – III – II – I
b) I – II – III – IV
c) III – II – IV – I
d) IV – I – III – II
e) III – I – II – IV

2. Existem fatores que podem agravar a acne e fatores que podem atenuar essas lesões. Como agravantes ,podemos destacar a massagem facial, cremes, pomadas e cosméticos pastosos. Você também deve orientar seu cliente para que ele não manipule a pele querendo extrair as lesões pois isso pode causar uma irritação e aumento da inflamação tecidual.
Como fator atenuante podemos citar a exposição solar de maneira moderada e gradativa, ou seja, bem cedo (entre as 8h e 9h da manhã) ou mais tarde (entre 16h e 17h). Mas, a exposição excessiva ao sol pode causar efeito reverso e aumentar a inflamação.
Para que o tratamento realizado em cabine seja mais eficaz, é preciso conscientizar o cliente sobre a importância e a necessidade de realizar os cuidados de *home care*.
Leia as afirmativas abaixo e depois responda:

I - Informe seu cliente sobre a acne: desde o que pode causar, assim como fatores que pioram ou melhoram o quadro.
II - Esclareça a seu cliente que ele não pode faltar as sessões e que ,quando tiver tempo, deve cuidar de sua pele.
III - Ensine o *home care* que deve ser: limpeza da pele com um sabonete específico para peles acneicas, aplicação do tônico, sérum hidratante e protetor solar.

Assinale a alternativa correta em relação as afirmativas acima:
a) Todas são verdadeiras
b) Apenas a I e a III são verdadeiras
c) Apenas a I e a II são verdadeiras
d) Apenas a II e a III são verdadeiras
e) Apenas a III é verdadeira

3. A acne é uma alteração cutânea que tem tratamento e que, dependendo do grau, pode ser realizado em cabine por um profissional de estética e cosmética que esteja capacitado para isso.
Você deve ser rigoroso em todo equipamento de biossegurança para trabalhar com esse cliente. Dessa forma evitamos qualquer tipo de contaminação. É importante informar o cliente sobre a assiduidade no tratamento.
Podemos dividir o tratamento em três fases.

Assinale a alternativa que corresponde às finalidades de tratamento da fase I.
a) retirada de comedões
b) prevenção contra novas lesões
c) realização de *peeling* para reduzir lesões
d) extrações dos comedões, cauterização das lesões evitando o surgimento de novas
e) trabalho nas cicatrizes deixadas pela acne

Seção 4.3

Prático envolvendo o tratamento da acne

Diálogo aberto

Vamos dar início à última seção desta disciplina. Aqui, vamos identificar os equipamentos que são utilizados na extração das acnes, aprenderemos como fazer uma limpeza de pele utilizando o desincruste, e identificaremos diversos produtos utilizados nos tratamentos da acne. Aprenderemos sobre peelings específicos que melhoram o quadro da acne e também tratamentos com laser e LED de baixa potência.

Para facilitar a aprendizagem vamos recordar o nosso caso hipotético? Denise está muito feliz com o resultado da limpeza de pele que você realizou nela. Disse que várias amigas repararam e também estão querendo fazer. Já faz um mês que ela realizou o procedimento e você observa melhora na oleosidade, diminuição das lesões de acne e a pele está menos machucada, pois ela não está mais cutucando a toda hora. Ainda apresenta algumas lesões de acne, principalmente no período menstrual. Sua pele está mais hidratada e Denise tem se dedicado a cuidar melhor dela. O único problema é que muitas vezes esquece de retirar a maquiagem antes de dormir, principalmente quando chega muito tarde. Você realizará uma limpeza de pele na próxima semana, mas dessa vez fará uma sessão de desincruste. Ela quer muito que essas lesões de acne diminuam. Para isso você está montando um tratamento associando recursos tecnológicos e manuais. Que tipo de peeling seria indicado para nossa cliente, e qual LED poderia diminuir as lesões que ela apresenta? E quanto ao desincruste, qual seria a frequência de realização desse procedimento? Como seria o protocolo de atendimento para melhora do quadro da Denise se ela comparecer durante um mês todas as terças e sextas-feiras?

Não pode faltar

Os tratamentos estéticos voltados para a acne têm obtido resultados satisfatórios quando realizado em cabine por um

profissional capacitado e com o compromisso do cliente em utilizar o *home care*.

É importante que se transmita confiança, domínio da técnica e que se saiba explicar os passos do tratamento assim como equipamentos que serão utilizados.

No início devemos focar na retirada dos comedões fechados e abertos. Para esse procedimento, podemos utilizar alguns aparelhos que irão facilitar essas extrações.

Vapor de ozônio

O vapor de ozônio é um aparelho que possui muitos benefícios. Alguns deles são:

- Permitir alta emoliência de comedões para limpeza de pele mais profunda
- Hidratação, pois potencializa a ação de produtos cosméticos
- Prepara a pele para esfoliação mais profunda
- Graças ao ozônio possui capacidade bactericida e fungicida.

Figura 4.9 | Vapor de ozônio

Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/o-procedimento-de-cozinhar-a-pele-do-rosto-de-uma-mulher-antes-de-limpar-a-pele-gm856507564-141086739>. Acesso em: 24 dez. 2017.

Mesmo com todos esses benefícios e indicações, precisamos estar atentos quando o cliente estiver com alguma pústula, pois o calor do vapor irá aquecer e piorar o quadro inflamatório. Por isto, deve-se proteger as pústulas com algodão umedecido em água fria ou gelada para, posteriormente, aplicar o vapor no resto da pele. Sempre deve-se proteger os olhos dos clientes e deixar o aparelho a uma distância mínima de 20 centímetros do rosto. O tempo de aplicação varia de produto para produto mas, em média, é cerca de 15 minutos.

O vapor de ozônio permitirá que os comedões sejam extraídos com mais facilidade do rosto dos clientes, causando assim menos dor.

Assimile

Quando realizamos as extrações dos comedões estamos focando na prevenção de lesões acneicas inflamatórias e muitas vezes conseguimos resultados satisfatórios. Por isso, devemos realizar estas extrações, para evitar o processo inflamatório. Lembre-se que o comedão já é um tipo de acne, só não é inflamatório.

Máscaras térmicas

A máscara térmica tem função semelhante ao do vapor de ozônio. Por meio do calor produzido, permitirá melhor emoliência, ou seja, os comedões ficarão mais fáceis de ser retirados. Estas, também melhoram a permeação do produto cosmético utilizado.

Como as máscara envolvem todo o rosto e não há como proteger as pústulas, não é indicado em casos em que o cliente apresente essas lesões, uma vez que o calor poderá piorar o quadro inflamatório.

Pesquise mais

Para você entender melhor a máscara térmica assista ao vídeo: ATITUDE COSMÉTICOS. Máscara térmica facial estética com infravermelho longo estek. 7 jul. 2017. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=hC4sTrLTDjA>. Acesso em: 16 jan. de 2018. (Vídeo do Youtube).

Após o uso da máscara térmica, ela deve ser higienizada mas não deve ser guardada quente, pois poderá danificar o material.

Reflita

Você sabia que alguns clientes não conseguem utilizar o vapor de ozônio nem a máscara térmica? Você sabe por que alguns sentem tanta fobia da máscara térmica e alguns reclamam de desconforto respiratório quando utilizam o vapor de ozônio?

Na verdade, vários desses problemas poderiam ser evitados ou minimizados se os profissionais explicassem a importância desses aparelhos e posicionassem tanto os aparelhos quanto os clientes adequadamente. Lembre-se que seu cliente deve se sentir bem durante toda o tratamento.

Extrator de cravos

Para extrair os comedões, pode se utilizar uma cureta, também conhecida como extrator de cravos.

Existem vários tipos de extratores de cravos no mercado, e você tem que ter pelo menos um para conseguir retirar os comedões de áreas difíceis como dentro da orelha, canto do nariz e perto dos lábios. Além a extração manual, existem também aparelhos que podem realizar essa tarefa, como o vácuo e a caneta extratora.

Há aparelhos que realizam a extração a vácuo, mas deve-se observar se o cliente possui flacidez, pois nestes casos há o risco de piorar o quadro. Esses aparelhos possuem ponteiras específicas para o tratamento.

Outro aparelho que tem ganhado atenção dos clientes são as canetas que realizam essa extração. Na ponta dessa caneta existe uma ponteira que é descartável após o uso. Os clientes que já receberam a limpeza de pele com esse aparelho relatam que a dor é bem menor do que as extrações manuais. Porém esse aparelho não consegue retirar todos os comedões.

Alta frequência

O aparelho de alta frequência não é utilizado para extrair os comedões, mas é essencial na cauterização e cicatrização das lesões por sua ação bactericida e fungicida,.

No mercado de estética existem vários tipos de aparelhos de alta frequência, dos maiores até os portáteis. Cada ponteira desse aparelho apresentará uma ação específica numa região do rosto.

As ponteiras do aparelho de alta frequência mais utilizadas na limpeza de pele são o fulgurador, cebola e cebolinha. Antes de utilizar esse aparelho, devemos explicar para o cliente que ele

poderá ter uma sensação leve de choque ou então uma sensação de corrente elétrica passando. Em caso de desconforto, devemos diminuir a intensidade da corrente.

Figura 4.10 | Ponteira de cebola do aparelho de alta frequência

Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/beauty-treatment-of-face-skin-with-high-frequency-infrared-spot-gm638747448-114720569>. Acesso em: 16 jan. 2018

Desincruste

O desincruste é um procedimento que não atua diretamente na retirada dos comedões, mas sim na prevenção deles, pois nesse procedimento é retirada a oleosidade da pele.

Durante o protocolo de limpeza de pele, o desincruste é feito após a esfoliação, pois irá retirar a oleosidade que a restante.

Assimile

O desincruste é um procedimento realizado para diminuir a oleosidade da pele. Para isso utiliza-se um aparelho com corrente galvânica. As soluções desincrustantes mais utilizadas são: salicilato de sódio, lauril sulfato de sódio e carbonato de sódio. Lembre-se de estar atento à polaridade do produto e do eletrodo ativo.

Agora é possível perceber a importância de treinar a limpeza de pele profunda assim como os produtos que utilizaremos.

Nos protocolos de atendimento para tratamento da acne, é importante ter em mãos os seguintes produtos:

- Demaquilante – para retirar a maquiagem da pele
- Higienizante – para retirar as sujidades da pele
- Esfoliante – para retirar as células mortas e permitir uma maior eficácia dos produtos utilizados a seguir
- Loção desincrustante – atentar para a polaridade do produto e do eletrodo ativo.
- Tônico – para equilibrar o pH da pele, se tiver ação antisséptica será mais eficiente.
- Emoliente – para amolecimento dos comedões e facilitar sua retirada.
- Loção calmante – para acalmar a pele que foi tão estimulada
- Máscara calmante com ação hidratante e nutritiva – para devolver nutrientes à pele
- Protetor solar – mais leve, se possível *oil free*, para proteger essa pele.

Existem outras técnicas que conseguem realizar a extração, e essas podem ou não ser associadas a correntes elétricas. Podemos citar o *peeling* ultrassônico, que possui essa função.

Peeling ultrassônico

O *peeling* ultrassônico é um tratamento que promove a renovação celular da pele pela da microabrasão, que retira as camadas mais superficiais da pele.

Uma das maiores vantagens de seu uso é que ele não ocasiona a descamação da pele nem a hiperemia intensa que outros tipos de *peeling* podem provocar.

A aplicação é feita por meio de uma corrente ultrassônica que, em contato com a pele, faz uma limpeza profunda, eliminando, assim, as células mortas. Desta forma, incentiva-se a renovação celular. Esse *peeling* também estimula a produção de elastina e colágeno.

A técnica é praticamente indolor, mas o ruído emitido pelo aparelho pode incomodar alguns clientes. Para sua aplicação, a pele deve sempre estar úmida e ele pode ser executado após outros procedimentos como o vapor de ozônio.

Os *peelings* podem ser classificados em: muito superficiais, superficiais, médios e profundos. O profissional de estética e cosmética pode realizar apenas os muito superficiais e os superficiais. Já os outros tipos devem ser realizados por médicos dermatologistas.

Exemplificando

Por exemplo, se você utilizar o *peeling* ultrassônico após o vapor de ozônio sua função será potencializada e conseguirá retirar alguns comedões. Isso ocorre devido à emoliência que o vapor de ozônio, com o calor, causará na pele, permitindo assim a eliminação dessas sujidades.

A pele reage de forma positiva após esse *peeling* que pode ser realizado até semanalmente de acordo com o tipo de pele do cliente e o protocolo escolhido. Após esse procedimento, podemos, além da limpeza de pele, realizar a ionização como também aplicação de produtos com ação nutritiva e hidratante.

Figura 4.11 | *Peeling* ultrassônico

Fonte: <https://www.istockphoto.com/br/foto/woman-face-skin-scrubber-treatment-with-ultrasonic-spatula-gm638001020-114125267>. Acesso em: 24 dez. 2017

Pesquise mais

Para você aprofundar os conhecimentos:

assista aos vídeos abaixo:

COSMÉTICOSMEG.COM.BR. Extração de comedões - caneta Face Clean aparelho extrator. 3 ago. 2016. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=7XQJdgIq0Tw>, Acesso em: 24 dez. 2017. (Vídeo do Youtube).

MÃO NA MASSA. Extração cravos gigantes. 20 out. 2017. Disponível em: <http://www.youtube.com/watch?v=EfpEslvq2OE> Acesso em: 24 dez. 2017.

Para você entender melhor sobre peelings, leia reportagem publicada na revista *Boa Forma*.

BERNARDI, Daniela. Peelings que combatem acne, cravos e manchas. **Revista Boa Forma**. 28 out. 2016. Disponível em: <https://boaforma.abril.com.br/beleza/peelings-que-combatem-acne-cravos-e-manchas/>. Acesso em: 24 dez. 2017.

Os tratamentos com ácidos associados a outros tipos de *peelings* como o laser e o CO2 são utilizados pelos médicos. Os profissionais tecnólogos de estética podem utilizar *peelings* químicos que possuam concentração de até 10% de ácido.

Os ácidos mais utilizados na estética, inclusive por tecnólogos em estética, são:

- Ácido Azelaico – utilizado para melhorar manchas e acne. Promove renovação celular.
- Ácido Salicílico – um dos principais utilizados no tratamento da acne, pois ajuda a diminuir o sebo produzido pela pele. Ele age impedindo que novas pústulas apareçam. Isso ocorre pois esse ácido desobstrui os poros e combate as bactérias que causam a acne.
- Ácido Glicólico – utilizado para reduzir marcas de expressão.
- Ácido Retinóico – utilizado para tratar peles envelhecidas, diminuindo marcas de expressão e rugas. É derivada da vitamina A e, por isso, também é eficaz no tratamento de fotoenvelhecimento.

Esse ácido estimula a produção de colágeno. Pode ser aplicado em pele acneica como complementação de outro tratamento ou procedimento. Pode ser usado em pele acneica pois também tem função de normalização de queratina dentro dos poros.

- Ácido Kójico – utilizado para eliminar manchas da pele. Esse ácido não é fotossensível, ou seja, pode ser exposto ao sol. Sua ação inibe bactérias e a produção de melanina, causando uma renovação celular e clareamento da pele.

- Ácido Mandélico: é mais utilizado em peles morenas e com acne. Promove rejuvenescimento facial e afina linhas de expressão além de clarear a pele e tratar a acne.

O protocolo escolhido para tratar seu cliente poderá ser composto por esses ácidos. Não devemos prescrever nem utilizar qualquer ácido fora do tratamento desenvolvido.

Outra possibilidade muito utilizada é a combinação de produtos com laser e LED de baixa potência. O LED mais utilizado para tratamento da acne é o LED azul.

A fototerapia é um tratamento antigo, povos utilizavam a luz do sol para fins terapêuticos, como por exemplo melhora da pele, do bem estar geral. A fototerapia pode utilizar equipamentos de LED e de LASER de baixa potência para tratamentos estéticos não invasivos.

Esses recursos podem ser utilizados sozinhos ou associados a produtos específicos. A fototerapia é indicada em casos de acne, hidratação, clareamento de manchas, para suavizar marcas de expressão, iluminar a pele, tratamentos capilares como melhora de alopecia, entre outros.

As cores mais utilizadas de LED são:

- Vermelha: tem uma ação bioestimulante e regeneradora. Essa luz é utilizada para melhora de flacidez e envelhecimento da pele.

- Azul: tem ação bactericida e oxigenante, por isso é utilizada no tratamento da acne.

- Amarela: melhora a circulação sanguínea e linfática. É indicada, principalmente, para peles sensíveis e no tratamento da rosácea.

Podemos intercalar o uso do LED nos tratamentos estéticos, aplicando uma vez na semana ,ou como o protocolo escolhido sugerir.

Pesquise mais

Para saber mais sobre laser e LED leia os artigos abaixo.

MARQUES, C. Uso de LED e laser de baixa potência na estética. **Esteticistas como você**. 19 jun. 2017. Disponível em: <https://www.esteticistacomovoce.com.br/uso-de-led-e-laser-de-baixa-potencia-na-estetica/> Acesso em: 16 jan. 2018.

MEZAROBA, Christina Borges. Fototerapia, LED e laser na estética. **Portal da esteticista**. 9 nov. 2015. Disponível em: <https://portaldaesteticista.com/2015/11/09/fototerapia-led-e-laser-na-estetica/>. Acesso em: 16 jan. 2018.

Sem medo de errar

Agora é hora de respondermos as questões da nossa situação-problema. Vamos relembrar o caso apresentado: Denise está muito feliz com o resultado da limpeza de pele que você realizou nela. Disse que várias amigas repararam e também estão querendo fazer. Já faz um mês que ela realizou o procedimento e você observa melhora na oleosidade, diminuição das lesões de acne e a pele está menos machucada, pois ela não está mais cutucando a toda hora. Ainda apresenta algumas lesões de acne, principalmente no período menstrual. Sua pele está mais hidratada e Denise tem se dedicado a cuidar melhor dela. O único problema é que muitas vezes esquece de retirar a maquiagem antes de dormir, principalmente quando chega muito tarde. Você realizará uma limpeza de pele na próxima semana, mas dessa vez fará uma sessão de desincruste. Ela quer muito que essas lesões de acne diminuam. Para isso você está montando um tratamento associando recursos tecnológicos e manuais. Que tipo de *peeling* seria indicado para nossa cliente, e qual LED poderia diminuir as lesões que ela apresenta? E quanto ao desincruste, qual seria a frequência de realização desse procedimento? Como seria o protocolo de atendimento para melhora do quadro da Denise se ela comparecer durante um mês todas as terças e sextas-feiras?

Denise estará em tratamento estético duas vezes na semana. Você pode utilizar o *peeling* ultrassônico e químico de ácido salicílico, pois ele é eficaz no tratamento da acne. O protocolo de

tratamento pode combinar ainda a aplicação de LED azul que tem função bactericida e oxigenante.

Comece realizando mais uma limpeza de pele, e dessa vez, realize com o desincruste. Assim, você conseguirá retirar a oleosidade da pele com mais eficiência. Pense em montar um protocolo que seja feito em quatro semanas, totalizando oito sessões. A sugestão de tratamento será:

- Sessão 1 – limpeza de pele profunda com desincruste + hidratação e proteção solar
- Sessão 2 – higienização facial + peeling ultrassônico + hidratação e proteção solar
- Sessão 3 – aplicação de protocolo a base de ácido salicílico + hidratação e proteção solar
- Sessão 4 – aplicação de LED azul + hidratação e proteção solar

Poderá repetir a primeira sessão, mas sem realizar a limpeza de pele profunda, e assim até completar um mês de terapia.

Avançando na prática

Manchas na pele

Descrição

Simone 43 anos, tem 3 filhos de 14, 16 e 17 anos. Apresenta rugas em região lateral dos olhos e na testa. Seu fototipo é 2, e ela faz uso apenas de protetor solar. Sempre fez depilação com cera e, recentemente, percebeu uma macha escura na região do buço. Ela trabalha em escritório e tem uma rotina bem ativa, dividindo seu tempo entre sua profissão e levar os filhos para diversas atividades. Ela foi procurar seus cuidados pois quer que a mancha na região desapareça. Com a presença dessa mancha ela acaba utilizando mais maquiagem. Como você pode elaborar um tratamento para reduzir ou eliminar essa mancha?

Resolução

Quanto ao tratamento devemos iniciar com uma limpeza de pele profunda e utilizar um protocolo com *peeling* químico. O

ácido Kójico pode ser utilizado com mais tranquilidade para a rotina agitada que ela tem, pois ele não é fotossensível e, por isso, mais seguro. Vamos orientá-la quanto aos cuidados em casa com a higienização, tonificação, hidratação e proteção.

No caso da Simone podemos concluir que essa mancha pode estar relacionada a depilação. Por isto será importante que, durante o tratamento, Simone não faça depilação.

Faça valer a pena

1. Os tratamentos estéticos voltados para a acne têm obtido resultados satisfatórios quando realizado em cabine por um profissional capacitado e com o compromisso do cliente em utilizar o *home care*.
É importante que se transmita confiança, domínio da técnica e que se saiba explicar os passos do tratamento assim como equipamentos que serão utilizados.
No início devemos focar na retirada dos comedões fechados e abertos. Para esse procedimento, podemos utilizar alguns aparelhos que irão facilitar essas extrações.

Qual aparelho tem a função de aquecer para melhorar a emoliência e também ser bactericida e fungicida?
a) Máscara térmica
b) Vapor de ozônio
c) Desincruste
d) Alta frequência
e) *Peeling* ultrassônico

2. Relacione a coluna da esquerda, ácidos com a da direita função dos ácidos na pele.

1. Ácido Azelaico	( ) utilizado para reduzir marcas de expressão.
2. Ácido Salicílico	( ) é mais utilizado em peles morenas e com acne. Promove rejuvenescimento facial e afina linhas de expressão além de clarear a pele e tratar a acne.
3. Ácido Glicólico	( ) utilizado para melhorar manchas e acne. Promove renovação celular.

4. Ácido Retinóico	( ) um dos principais utilizados no tratamento da acne pois ajuda a diminuir o sebo produzido pela pele. Ele age impedindo que novas pústulas apareçam. Isso ocorre, pois esse ácido desobstrui os poros, combate as bactérias que causam a acne.
5. Ácido Kójico	( ) utilizado para eliminar manchas da pele. Esse ácido não é fotossensível, ou seja, pode tratar e se expor ao sol. Sua ação inibe bactérias e a produção de melanina, causando uma renovação celular e clareamento da pele.
6. Ácido Mandélico	( ) utilizado para tratar peles envelhecidas, diminuindo marcas de expressão e rugas. É derivada da vitamina A e por isso também é eficaz no tratamento de fotoenvelhecimento. Esse ácido estimula a produção de colágeno. Pode ser aplicado em pele acneica como complementação de outro tratamento ou procedimento. Pode ser usado em pele acneica pois também tem função de normalização de queratina dentro dos poros.

A ordem correta da coluna da direita é:
a) 3 – 6 – 1 – 2 – 5 – 4
b) 3 – 1 – 5 – 6 – 2 – 4
c) 6 – 5 – 3 – 4 – 2 – 1
d) 1 – 3 – 5 – 2 – 4 – 6
e) 6 – 4 – 2 – 1 – 3 – 5

3. Leia as afirmativas abaixo e depois responda:
I - O *peeling* ultrassônico é um tratamento que promove a renovação celular da pele pela da microabrasão, que retira as camadas mais superficiais da pele. Uma das maiores vantagens de seu uso é que ele não ocasiona a descamação da pele nem a hiperemia intensa que outros tipos de *peeling* podem provocar.

II - A aplicação do *peeling* ultrassônico é feita por meio de uma corrente associada a um ácido que, em contato com a pele, faz uma limpeza

profunda, eliminando, assim, as células mortas. Desta forma, incentiva-se a renovação celular. Esse *peeling* também estimula a produção de elastina e colágeno.
III - A técnica de *peeling* é praticamente indolor, mas o ruído emitido pelo aparelho pode incomodar alguns clientes. Para sua aplicação, a pele deve sempre estar úmida e ele pode ser executado após outros procedimentos como o vapor de ozônio.

As afirmativas verdadeiras são:
a) I e II
b) II e III
c) I e III
d) I, II e III
e) Somente a III

Referências

GERSON, Joel, et al. **Fundamentos de Estética 3:** Milady's Standard- Ciências da pele – Volume 3. São Paulo, Cengange Learning, 2011

GOBBO, Priscila C. Dal. **Estética Facial Essencial: Orientações para o profissional de estética.** São Paulo, Editora Atheneu, 2010.

GUIRRO, Elaine Caldeira de Oliveira; GUIRRO, Rinaldo Roberto de J. **Fisioterapia Dermato-Funcional: Fundamentos – Recursos – Patologias**. 3. ed. Barueri, Manole, 2010.

IFOUD, Judith; FORSYTHT-CONROY, Debbie; WHITTAKER, Maxine. **Técnicas em Estética.** 3. ed. Porto Alegre, Artmed, 2015

LACRIMANTI, Lígia Marini. **Curso Didático de Estética – volume I**. São Caetano do Sul, Yendis, 2012.

LACRIMANTI, Lígia Marini. **Curso Didático de Estética – volume II.** São Caetano do Sul, Yendis, 2012.

PEREIRA, Maria de Fátima Lima. **Cosmetologia.** São Caetano do Sul, Difusão Editora, 2013.

PEREIRA, Maria de Fátima Lima. **Recursos Técnicos em Estética – volume 1**. São Caetano do Sul, Difusão Editora, 2013.

SAMPAIO, Sebastião de Almeida Prado, BAGATIN, Ediléia. **Experiência de 65 anos no tratamento da acne e de 26 anos com isotretinoína oral**. Anais Brasileiros de Dermatologia, v. 83, n. 4, p. 361-367, 2008.

Anotações

Anotações

Anotações

ISBN 978-85-522-0567-8

9 788552 205678 >