

Domingo 17.11.2013

O GLOBO

Saúde

GENE DO ATAQUE CARDÍACO



Uma variação genética que aumenta em 15% o risco de ataque cardíaco foi descoberta por pesquisadores do Centro Alemão do Coração, em Munique, e pela Universidade de Leicester, no Reino Unido.

Das 30 mil pessoas estudadas, 64% têm a variação genética que faz com que as plaquetas fiquem mais rígidas, bloqueando o fluxo de sangue ao coração e causando ataques cardíacos.



SEXO CASUAL NÃO COMPENSA PARA ELAS

Apenas 40% das mulheres chegam ao orgasmo durante um encontro de sexo casual. Quando estão comprometidas em um relacionamento, a situação muda bastante e 75% delas têm orgasmo. Os números são de duas pesquisas

feitas pelas universidades de New York, Indiana e Binghamton, nos Estados Unidos, que concluiu que o sexo casual é bem mais satisfatório para homens que para mulheres, já que 80% delas não têm prazer com a prática.

ENCONTROS O GLOBO SAÚDE E BEM-ESTAR

CUIDADOS QUE REJUVENESCEM

Especialistas mostram o que há de moderno no tratamento estético e alertam para os perigos de procedimentos não recomendados pela sociedade médica



Casa do Saber. Volney Pitombo, Viviane Nogueira (editora assistente de saúde), Cláudio Domênico e Fabio Cuiabano debatem os cuidados que envolvem a busca pela beleza

MARIA CLARA SERRA
maria.serra@oglobo.com.br

De especialidade voltada às doenças e aos acidentes que deformavam a pele, o tratamento estético alcançou novos patamares na era moderna da medicina. Nos dias de hoje, as salas de dermatologistas e cirurgiões plásticos estão cheias de pessoas que procuram uma coisa só: beleza. Nessa busca, o maior desafio é saber para onde e até quando devemos ir. Os especialistas ensinam que, para não errar, duas palavras são essenciais: cuidado e limite.

Com a presença do dermatologista Fabio Cuiabano e do cirurgião plástico Volney Pitombo, o coordenador dos Encontros O GLOBO Saúde e Bem-Estar, Cláudio Domênico, iniciou os debates sobre o tema na última quarta-feira na Casa do Saber O GLOBO, na Lagoa.

— A maioria das pessoas que procura por cirurgias plásticas e tratamentos estéticos são jovens e com boa saúde, por isso acabam não se preocupando tanto — afirma. — Verificar se o médico tem a especialidade no assunto pelo site da sociedade e checar se o tratamento já possui a chancela da entidade é fundamental.

A busca pela beleza é mundial, mas o Brasil é o segundo país no ranking em número de cirurgias plásticas, só perde para os Estados Unidos. E é justamente nessa área que a ciência mais avançou.

— O tempo de recuperação hoje é mais rápido pois os tratamentos são menos invasivos. Não estamos a fazer apenas, modelamos a gordura e trabalhamos na camada muscular — explica Volney Pitombo.

Para a gordura, a lipos aspiração, cirurgia plástica mais feita no mundo; para a flacidez muscular, o *face lifting*, intervenção que hoje é mais personalizada e confere uma aparência mais natural ao rosto; para os seios, o silicone. Na mesa de cirurgia, os médicos conseguem fazer

quase tudo, mas ainda não há milagres.

Antes de recorrer ao cirurgião, há muitos outros métodos para prolongar a beleza. Manter-se longe do cigarro e investir em um estilo de vida saudável, que inclui alimentação balanceada, cuidados com a hidratação e prática de exercícios físicos regulares, são a receita que quase todos os médicos prescrevem e que continua sendo a mais eficaz.

— Temos que cuidar da pele desde que nascemos, pois já começamos a envelhecer. Até os 20 anos, a utilização do protetor solar, a alimentação e a hidratação são suficientes — recomenda Cuiabano. — Após os 30 anos, é preciso hidratar a pele externamente e fazer os procedimentos compatíveis com a idade, sem exagerar. Depois dos 40 anos já é recomendado o *face lifting*, pois é a partir dessa idade que começa a flacidez que a dermatologia não consegue combater.

PERIGOS VINDOS DO SOL

Para prevenir o envelhecimento da pele e não ter que correr atrás do tempo perdido, Cuiabano recomenda a utilização tópica de ácido retinóico, uma forma oxidada da vitamina A que é um dos tratamentos mais baratos e eficazes; ácido glicólico, que pode reduzir rugas, cicatrizes de acne, hiperpigmentação, entre outras condições da pele; e *peeling*, que utiliza substâncias químicas para retirar toda a camada externa da pele, rejuvenescendo e minimizando as imperfeições.

É possível obter os mesmos resultados utilizando máquinas de laser, sendo os mais indicados os de Luz Pulsada e o PDL (Pulsed Dye Laser). Se o problema é mais profundo será preci-

so lançar mão de preenchedores como o ácido hialurônico. Ou injeções de toxina botulínica para paralisar músculos e suavizar expressões.

— Provavelmente 50 milhões de pessoas no mundo já utilizaram a toxina botulínica e já há uma amostragem muito grande para ter certeza de que ela não possui efeito colateral tardio — explica o dermatologista. — O grande problema é o exagero na sua utilização.

Como não há somente bons exemplos, é bom ficar distante do tratamento com fios de ouro, que promete acabar com a flacidez facial, mas, segundo Cuiabano, depois de dois anos gera muitos problemas, e do metacril.

— Atendo muita gente no meu consultório que colocou o metacril, também chamado de bioplastia — relata Pitombo. — Essa técnica promete melhorar permanentemente, mas é muito ruim para o paciente. O material inflama a pessoa fica deformada, além de ser muito difícil, quase impossível de retirar.

Com a proximidade do verão e as temperaturas batendo recordes no mundo, o protetor solar continua sendo a melhor recomendação contra o envelhecimento e o câncer de pele. Para não entrar nas estatísticas do melanoma, câncer que mais mata no mundo, os médicos recomendam a reaplicação do produto de duas em duas horas, sempre acima do fator 30. Para quem tem pele muito branca ou algum problema dermatológico, fator 60.

— Recomendamos procurar um médico sempre que aparecerem novas manchas pretas, principalmente as que coçam, não são uniformes e sangram, pois podem ser melanoma — alerta Cuiabano. ●



Nós devemos ter uma ideia realista da nossa imagem, pois a beleza ideal não está no corpo e sim na mente

Volney Pitombo
Cirurgião plástico



Se é cirurgia tem que ter risco cirúrgico. O procedimento não pode ser banalizado

Cláudio Domênico
Cardiologista



Use sempre filtro solar, orientado para o seu tipo de pele, reaplique e tome muito água

Fabio Cuiabano
Dermatologista