

| | |
|---|--|
| CLIENTE: Juliana Gumieiro | |
| DATA DE VEICULAÇÃO: 23/02/2015 | VEÍCULO: Blog Não Perde Não |
| CADERNO: | ÁREA: |
| AUTOR: | PÁGINA: naoperdenao.blogspot.com.br |
| TÍTULO: As temidas olheiras apareceram? Descubra como tratar essas manchas indesejadas | |

<http://naoperdenao.blogspot.com.br/2015/02/as-temidas-olheiras-apareceram-descubra.html>

FEB
23

As temidas olheiras apareceram? Descubra como tratar essas manchas indesejadas



Caracterizada como a segunda queixa dermatológica mais comum, as olheiras podem ser causadas por diversos motivos e não só por uma noite mal dormida. Condições como: envelhecimento, estresse, má circulação sanguínea, dietas severas, exposição ao sol, hereditariedade, excesso de bebidas alcoólicas, sal na comida, período pré-menstrual e até mesmo alguns remédios podem contribuir para o surgimento dessas manchas tão indesejadas.

De acordo com a dermatologista Juliana Gumieiro, as olheiras não são 100% curáveis, mas o tratamento pode ser bem satisfatório. "Cada caso deve ser tratado de forma individual, pois existem várias causas para as olheiras. Alguns problemas de saúde como doenças do fígado, diabetes, estresse físico e emocional e até a idade podem causá-las. Entre os tratamentos mais comuns estão ativos clareadores e vasoconstritores de uso tópico, laser, luz intensa pulsada, peelings e preenchimentos", afirma a especialista.

As olheiras podem ser divididas em melânicas - quando há um acúmulo de melanina na região dos olhos, causada muitas vezes pelo excesso de sol -, pela condição genética e estímulo hormonal; as vasculares que possuem um tom mais arroxeadado, causada por pele fina e visibilidade do músculo e dos vasos e as que ocorrem por perda de volume local e bolsas criando um sulco nessa região e um efeito de sombra.

Para evitar o problema a dermatologista deixa algumas dicas:

- Beba água várias vezes ao dia;
- Durma pelo menos 7 horas por noite;
- Evite fumar e ingerir álcool em excesso;
- Trate alergias como rinite e bronquite;
- Sinta-se feliz e sem estresse;
- Pratique atividades físicas e mantenha uma dieta equilibrada;
- Beba sucos de fruta natural;
- Evite a exposição ao sol para evitar a piora da pigmentação abaixo dos olhos;
- Use filtro solar;
- Compressas geladas com chá de camomila, soro fisiológico ou água filtrada podem amenizar;

- Cada tipo de pele e cada tipo de olheira têm um tratamento mais indicado e quem pode avaliar e indicar o método ideal é um dermatologista.