



Veículo: blogjornaldamulher.blogspot.com - **Caderno:** Notícias - **Seção:** Não indicada - **Assunto:** Saúde - **Página:** on line - **Publicação:** 24/12/22

URL Original:

https://blogjornaldamulher.blogspot.com/2022/12/dezembro-laranja-como-cuidar-da-pele.html



Dezembro Laranja: Como cuidar da pele para a época mais quente do ano?

sábado, 24 de dezembro de 2022

Dezembro Laranja: Como cuidar da pele para a época mais quente do ano?



Usar protetor solar todos os dias é a melhor forma de prevenção (Imagem: Unsplash)

Especialista cita cuidados que previnem doenças, como o câncer de pele

Com o verão se aproximando, praticar hábitos adequados é essencial para manter a pele, unha e cabelos saudáveis durante o calor. Com isso, geram-se muitas preocupações, principalmente relacionadas à saúde, porque, se a pele não for tratada da maneira ideal, pode vir desenvolver uma série de problemas, incluindo o câncer de pele. O mês que marca o início do verão é também conhecido pelas campanhas de conscientização ao câncer de pele, chamado Dezembro Laranja.

Segundo o Laboratório Lustosa, existem dois principais tipos de câncer de pele, o não-melanoma (220,4 mil novos casos previstos pelo INCA para 2023) e o melanoma (deve atingir, também no próximo ano, 8.980 pessoas). O tipo não-melanoma é o mais comum e está associado a um risco diminuído de mortalidade. Contudo, dependendo da demora no diagnóstico e na extração, pode causar marcas e deformações no corpo da pessoa. Já o melanoma, é a forma menos frequente de câncer de pele e com um elevado índice de mortalidade, se não for diagnosticado precocemente.

Um dos cuidados que são necessários nessa época do ano, para prevenir complicações como essas, é o uso do protetor contínuo para evitar e manter a hidratação a todo o tempo. “Usar o protetor solar ainda não faz parte da rotina de várias pessoas, e o pior: não sabem o quanto o produto pode ajudar na saúde. Com a nossa linha Hidratante Protetor FPS 50, o cliente estará hidratando a pele e protegendo-a ao mesmo tempo”, comenta Luzia Costa, CEO da Sóbrancelhas.

Por dezembro ser o mês oficial de conscientização da população sobre o câncer de pele, principalmente descobrindo a doença no início, é importante conhecer o tratamento para que a cura venha de forma mais rápida. A [Sóbrancelhas](#), rede de estética facial, possui uma variedade de produtos voltados para os cuidados com a pele, que vão de Sérum de Vitamina C, sabonetes que hidratam e limpam a pele por completo (A linha Honey Green), e o principal: hidratante protetor. Usando protetor solar, é a melhor maneira de prevenir a doença.

Pensando nisso, a especialista na área da beleza, Luzia Costa, CEO da [Sóbrancelhas](#), resalta alguns cuidados que precisam ser seguidos durante o verão:

1- Pele Limpa: Mantenha sua pele limpa, seca e hidratada, ou seja, deixe a skin care em dia. A Sóbrancelhas possui produtos para todas as etapas do cuidado de limpeza com a pele. Saiba mais [aqui](#);

2- Evite bronzeamentos artificiais: Cada sessão pode aumentar 30 vezes o risco de um tumor cutâneo. Portanto, é um resultado estético imediato, que pode trazer consequências para uma vida inteira;

3- Fator do protetor: Não há problema se o uso do protetor solar for de um com fator 30, 50 ou 70. O que difere um do outro é a duração. Se vai passar mais tempo sem retocar a pele, o ideal é que use um fator de 50 para cima, pois a duração é maior;

4- Mantenha-se hidratado sempre: [As temperaturas mais altas exigem hidratação redobrada](#). Portanto, é importante aumentar a ingestão de líquidos no verão, principalmente de água. Não espere sentir sede para beber pelo menos 2 litros por dia, que é o recomendado.

Essas são só algumas das recomendações. É importante ir ao médico regularmente e estar sempre cuidando da saúde, independente da época do ano. Para esses e outros cuidados com a pele, entre no site da [Sóbrancelhas](#)!