

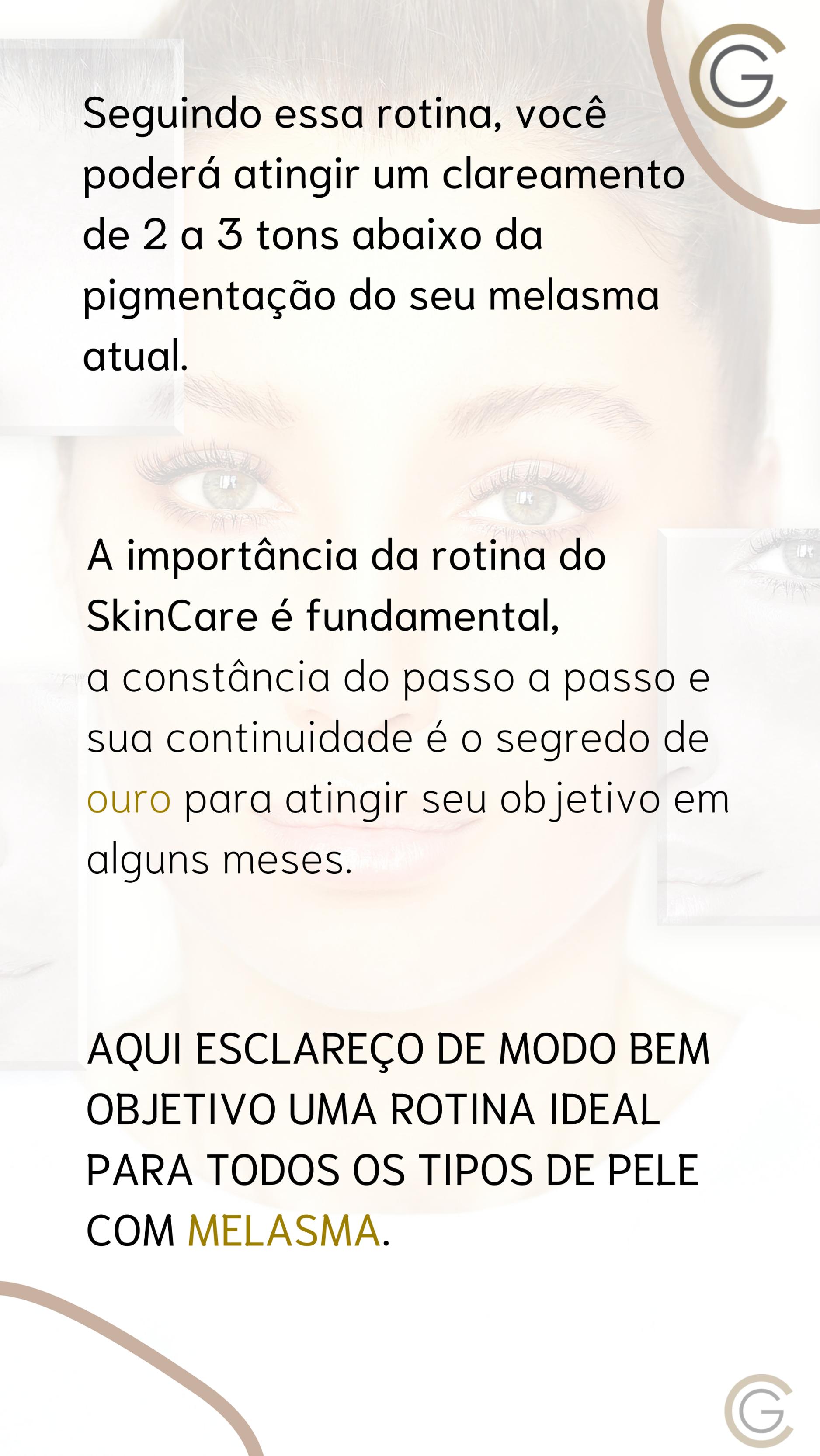
SKINCARE DO MELASMA



SEGREDO DE OURO

CHRISTIANE GONZAGA

DERMATOLOGIA



Seguindo essa rotina, você poderá atingir um clareamento de 2 a 3 tons abaixo da pigmentação do seu melasma atual.

A importância da rotina do SkinCare é fundamental, a constância do passo a passo e sua continuidade é o segredo de **ouro** para atingir seu objetivo em alguns meses.

AQUI ESCLAREÇO DE MODO BEM OBJETIVO UMA ROTINA IDEAL PARA TODOS OS TIPOS DE PELE COM **MELASMA**.



1

Higienizar a pele com sabonete suave e hidratante.

Não utilize esfoliantes, são abrasivos.

A pele do Melasma não pode ser agredida.

Esfoliar a pele ou utilizar sabonetes abrasivos podem remover a camada lipídica de proteção da pele e piora a mancha.



2

Hidratar é bom!

Manter a barreira hidro
lipídica

(Camada de ceramidas e
lipídios que recobre a pele)
acalma os melanócitos,
células que produzem a
melanina e formam o
Melasma.

Comece a aplicar os
produtos de clareamento
apenas se a pele estiver
hidratada.





3

Passo fundamental para a proteção da pele.

Geralmente indico uma **vitamina C** para ser aplicada pela manhã, e logo em seguida o poderoso filtro solar.



4



É ele que faz a diferença!

Aplicar no rosto faça chuva ou sol! Até dentro de casa você tem que aplicar. Os que indico são os filtros minerais (físicos). Eles atuam como barreira protetora que refletem na radiação UV. São os únicos contra a luz visível, importante fração do aspecto eletromagnético que atua estimulando a formação de melanina. **Aplique o filtro solar de manhã, no almoço e no meio da tarde.**

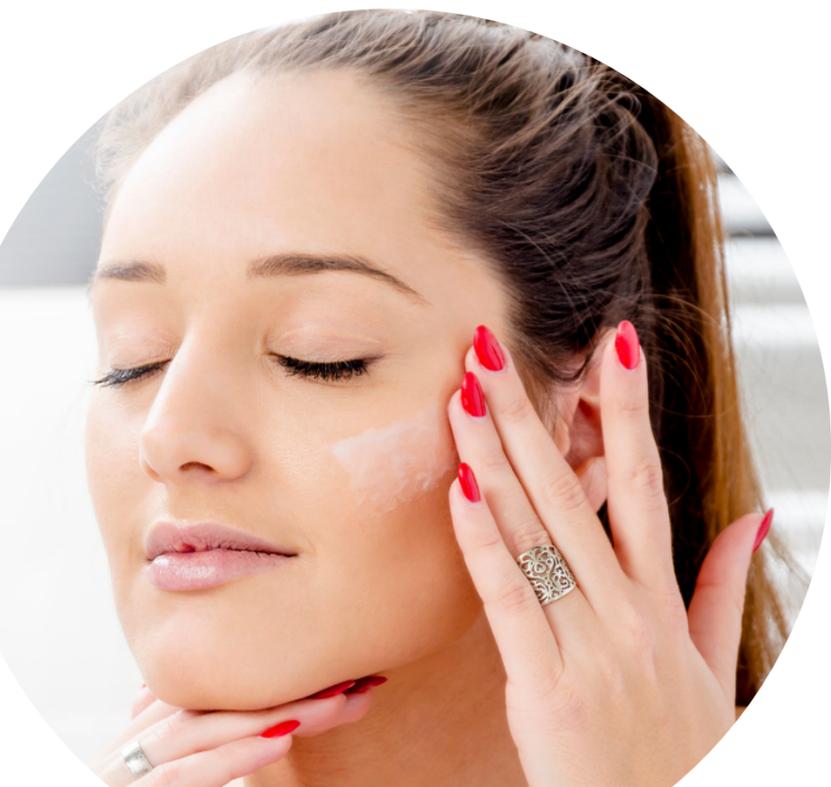
Máximo do filtro solar:
use meia colher de cafézinho para o rosto todo.



5

Para uso noturno!

Existem inúmeras substâncias mas o fundamental é **não exagerar nos clareadores** muito fortes ou agressivos como a Hidroquinona. Esta substância você já deve conhecer, não use indiscriminadamente! Tem efeitos colaterais com o temido rebote ou a hipocromia em confete (manchinhas diminutas e branquinhas dentro do Melasma).



Existem inúmeras substâncias clareadoras, mas nenhuma faz milagre sozinha. O milagre acontece quando a rotina de Skincare está ajustada e há disciplina para o seu uso.

Os mais recentes clareadores são **Thiamiodol, Cisteamine e Tranexâmico.**



6

São fundamentais para tratar o Melasma de dentro para fora. São chamados de **protetores orais**, mas não substituem o filtro solar que você aplica na pele. Recomendo começar a tomar 6 meses antes do verão e continuar até a próxima estação!

Substâncias Antioxidantes protetoras da pele contra o Melasma: **Polypodium Leucotomus, Picnogenol, Oli Ola, Resveratrol e Glisodin.**



O QUÊ VOCÊ DEVE SABER E NUNCA MAIS ESQUECER!

O Melasma é uma condição inflamatória do organismo e da pele. Se a sua saúde não vai bem e você tem Melasma; ele pode piorar durante esse período.

Uso de pílulas anticoncepcionais, terapias de reposições, estresse, baixa qualidade de sono podem agravar o Melasma.

O Melasma tem controle e com tratamento contínuo e adequado é possível clarear 80% de mancha.



Quando o Melasma é mais antigo e passou por muitos tratamentos agressivos, fica mais resistente, mas é possível reduzir a mancha em até 50%.

Homem também tem Melasma, e o tratamento é igual das mulheres.

O filtro solar adequado é o principal cosmético no tratamento do Melasma. Saber escolher o certo, a quantidade a ser aplicada e a periodicidade do uso é o pulo do gato para ter sucesso no tratamento.

Cuidado com a Hidroquinona!

É considerado mais potente clareador para o Melasma, mas existem restrições. Seu uso indiscriminado pode deflagrar o efeito rebote.



MEU SEGREDO DE OURO!

Aqui dou dicas de filtros solares que considero tops para a proteção com Melasma.



Vamos ajustar sua rotina de Skincare?