

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO – UNIBRA
TECNÓLOGO EM ESTÉTICA E COSMETOLOGIA

ERIKA DE SOUZA MOREIRA COSTA
MICHERLANE RAMOS DE MELO MÜLHBAUER

REJUVENESCIMENTO
(AS ALTERAÇÕES DA PELE NA TERCEIRA IDADE)

RECIFE/2021

ERIKA DE SOUZA MOREIRA COSTA
MICHERLANE RAMOS DE MELO MÜLHBAUER

REJUVENESCIMENTO
(AS ALTERAÇÕES DA PELE NA TERCEIRA IDADE)

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, como requisito parcial para obtenção do título de Tecnólogo em Estética e Cosmetologia.

Professor e Orientador: Hugo Christian de Oliveira Felix

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

C837r Costa, Erika de Souza Moreira da
Rejuvenescimento: as alterações da pele na terceira idade / Erika de
Souza Moreira da Costa, Micherlane Ramos de Melo Mühlbauer. - Recife: O
Autor, 2021.

30 p.

Orientador(a): Hugo Christian de Oliveira Felix.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – UNIBRA. Tecnólogo em Estética e Cosmética, 2021.

Inclui Referências.

1. Estética. 2. Idade. 3. Pele. 4. Radical livre. 5. Tratamento. I.
Mühlbauer, Micherlane Ramos de Melo. II. Centro Universitário Brasileiro -
UNIBRA. III. Título.

CDU: 646.7

Dedicamos esse trabalho a nossos pais.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a meus dedicados professores por nos passar conhecimento sabedoria essa riqueza será levada para onde formos.

A meu orientador Hugo Christian De Oliveira.

Aos meus colegas de classe e parceiros dessa jornada.

*“Viva como se fosse morrer amanhã.
Aprenda como se fosse viver para sempre.”
(Mahatma Ghandi)*

Sumário

1 INTRODUÇÃO	7
2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO	9
3 REFERENCIAL TEÓRICO	9
3.1 Técnicas de rejuvenescimento facial	10
3.2 Ginastica facial (anexo2)	11
3.3 Peeling	12
3.4 Lifting	13
3.5 PRP.....	13
3.6 Botox e Ácido Hialurônico	14
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	14
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	18
REFERÊNCIAS	19
APÊNDICES	
ANEXOS	

REJUVENESCIMENTO: AS ALTERAÇÕES DA PELE NA TERCEIRA IDADE

Erika de Souza Moreira Costa
Micherlane Ramos De Melo Mühlbauer
Hugo Christian De Oliveira¹

Resumo: Permanecer aparentemente jovem é o desejo de quase todos, ter uma boa pele na terceira idade é sobre tudo, sinal de saúde, significa que o indivíduo preocupou-se com seu interno e não apenas com seu externo equilibrou mente, corpo e espírito. Envelhecer é inevitável, rejuvenescimento físico é possível, porém ter plena consciência dos seus problemas de pele para poder solucionar da melhor forma, sendo analisado por profissionais qualificados que podem criar protocolos para cada caso, promovendo estratégias para serem utilizadas e promover o rejuvenescimento saúde e bem-estar é o mais indicado. O objetivo geral teve como dever avaliar o processo do envelhecimento e seus aspectos fisiológicos, morfológicos e genéticos compreendendo, por tanto a melhor forma de utilizar os ativos no tratamento de inúmeras queixas referente ao processo do envelhecimento, analisando práticas do esteticista para promover o rejuvenescimento. Uma breve pesquisa foi abordada para mostrar quando começam aparecer os sinais do envelhecimento, e a partir de qual idade surgem às linhas de expressões, rugas e suas características. Os métodos mostrados foram métodos preventivos de como envelhecer saudável e técnicas de rejuvenescimento, conclui-se que hoje ainda mais que antes a terceira idade tem uma preocupação em permanecer visivelmente jovem, um bom exemplo disso é o paciente procurar consultorios não para remover um sinal que pode torna-se algo mais sério, mas sim, removê-lo por estética visual e por uma pele mais limpa.

Palavras-chave: Estética. Idade. Pele. Radical livre. Tratamento.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento é classificado em intrínseco e extrínseco, o envelhecimento intrínseco ou cronológico é o esperado, inevitável causado pelo tempo tornando-se uma pele envelhecida, pálida, ressecada, rugas finas e uma variedade de tumores benignos, afundamento pela perda gordura, cabelos grisalhos e diminuição das glândulas sebáceas. No envelhecimento extrínseco ou fotoenvelhecimento a causa são pelos efeitos externos como poluição, radiação ultravioleta (UV), infravermelha, e estilo de vida. (OLIVEIRA et al., 2013; PAVANI; FERNANDES, 2017).

O presente estudo é sobre rejuvenescimento na terceira idade, o envelhecimento é um processo que afeta a função da pele que é uma cobertura

¹ Professor da UNIBRA. Esp. em gestão educacional. E-mai: prof.hugo@outlook.com

impermeável, resistente e flexível ao corpo que se funde com as membranas de revestimentos. (PALASTANGA, FIELD, SOAMES, 2000).

O padrão de beleza imposto pela sociedade torna mentes obsecadas por não envelhecer, não é uma referência somente as mulheres, mas aos homens que também estão obsecados em "SER" fisicamente a imagem que está estampada em todas as publicidades, cobertar por photshop e app de edição.

Ter a pele, o corpo ideal desde sempre são referências baseadas em mídias, mas com a geração "Z" e acesso facilitado a todos os veículos de comunicação, inclusive redes sociais em alta tanto de forma pessoal, quanto para divulgação profissional, por muitas vezes você é o referencial fazendo com que essa necessidade de encaixe de padrões seja ainda maior, entre todas as idades, essa procura por não envelhecer é muito maior. Durante esse trabalho de conclusão é abordado e mostrado o que causa esse envelhecimento da pele de forma interna e externa baseado em referências.

Temas como; 5 RS, tratamentos que favorecem a produção de colágeno, o efeito dos peelings, o que os radicais livres causam em nosso corpo, os famosos nutricosméticos, procura por procedimentos invasivos, cuidados que podem ser tomados desde de cedo e revitalizam o corpo e a mente são assuntos comentados e objetivamente destrinchados .

Com avanço da idade alterações fisiológica morfológica e bioquímica inevitável provoca o processo de envelhecimento, que afeta a função da pele e aparência. Neste processo ocorre a modificação do material genético e a proliferação celular diminui, resultando em perda da elasticidade, diminuição do metabolismo e da replicação dos tecidos. (RIBEIRO, 2006). À medida que se envelhece a pele vai perdendo aos poucos hidratação, elasticidade, colágeno, gordura (anexo1) tornando-se mais fina provocando fragilidade e atrofia perda de vasos sanguíneos.

Agentes como: radiação ultravioleta, radicais livres, temperatura, tabaco, poluição, genética e cor da pele também contribuem para este processo, já que a pele perde suas funções de manutenção homeostática e de revestimento, além de sua função sensitiva, que defendendo-nos contra agressores externos.

O estudo tem como objetivos evidenciar os danos provocados à pele, esclarecer o que ocorre no envelhecimento, além de métodos preventivos e rejuvenescedores utilizados no controle envelhecimento teciduais, tais como o

combate aos radicais livres, antioxidantes tópicos, ativos, ação para o relaxamento da musculatura superficial da pele visando retardar ao máximo as marcas do envelhecimento. Não envelhecer é inevitável, então, rejuvenescer seria a solução? Voltar a ser jovem, uma grande radical transformação.

A melhor solução é prevenir, cuidados desde cedo, pequenas intervenções, mudanças no estilo de vida e novas rotinas pode ter aparência saudável à vida toda, os que estão nos primeiros estágios de envelhecimento podem atrasar o relógio e conquistar um novo começo. “O potencial de vitalidade e saúde do ser humano este diretamente ligado aos bons cuidados com o corpo e isso se aplica também a pele.” (MACEDO, 2001.p.13).

2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Cabe reconhecer, no entanto, que esta é uma busca exploratória, trata-se de uma revisão de literatura, efetuada através de materiais complementares, estudos e pesquisas realizadas na área de atuação de esteticistas e fisioterapia dermatofuncional. Este artigo de conclusão da graduação estética e cosmética é constituído e embasado bibliografias entre 2002 e 2010 e principalmente revistas e artigos científicos entre 2017 e 2020 pesquisados no Google acadêmico e scielo Brasil. Pesquisaram-se assuntos respectivos ao tema, que falam sobre as alterações que ocorrem no organismo ao longo da vida levando a busca incessante por uma pele sempre jovem, com o avanço da idade a pele começa a sofrer alterações que modificaram seu aspecto gradativamente, Nutricosméticos associados à redução de rugas e flacidez tissular na região da face, no tratamento de rejuvenescimento e reabilitação da pele são abordados neste artigo, além de procedimentos estéticos que podem ajudar na busca pelo rejuvenescimento. Todos os conteúdos foram analisados e contextualizados para alcançar a uma conclusão.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

O homem sempre procurou pelo o belo, e o que seria o belo hoje? O belo de hoje é mostrado pela mídia e redes sociais, este é o belo que a maior parte da população tende seguir, um padrão imposto pela sociedade, é ai que a estética entra com seus procedimentos encantadores de realizar esse belo, não envelhecer ou rejuvenescer. O rejuvenescimento é uma reversão hipotética, da senescência celular, fazendo com o que o individuo idoso recupere o aspecto que tinha quando era

jovem, deixando assim de ser idoso.

Os responsáveis pelo envelhecimento são o radical livre, que são substâncias produzidas dentro das células e são verdadeiros produtos de descarte. O radical livre é perigoso porque representam moléculas instáveis (não estão equilibrados do ponto de vista dos elétrons) e reativas em relação às moléculas normais e na tentativa de manter sua estabilidade roubam o elétron de outras moléculas ou átomos que prejudicam o organismo. (PETROCCA, 2010). Dentre os componentes do meio extracelular tecidual, que são vitaminas dos radicais livres destacam-se principalmente o colágeno e o ácido hialurônico. (BIANCHI: ANTUNES, 1999, p.123). Algumas substâncias que ajudam no rejuvenescimento são colágeno, vitamina E, ácido hialurônico, retinóico, pro-xylane.

“O colágeno é a proteína, mas abundante do organismo, é formado principalmente pelos aminoácidos glicina, prolina, alanina e hidroxiprolina que constituem cadeias polipeptídicas formando o tropo colágeno.” (ALVES et al; 2005; LEHNINGER, 2002; NETTO, 2005.p.2).

O ácido hialurônico é composto por dissacarídeos, formando cadeias longas e tem estruturas químicas idênticas nos organismos vivos. Suas propriedades elásticas oferecem resistência à compressão, assim a pele consegue proteger estruturas subjacentes dos danos gerados no meio exterior ao organismo.

3.1 Técnicas de rejuvenescimento facial

Os valores da juventude e beleza influenciam na característica do envelhecimento como processo de perdas, enquanto o rejuvenescimento se apresenta como uma estratégia compensatória de minimizar as mesmas.

Confirmou-se a existência de relação entre as RS do envelhecimento e rejuvenescimento como práticas corporais de rejuvenescimento, relação estabelecida principalmente com as RS ancoradas ao domínio do corpo e alicerçadas em perdas físicas. (AGUIAR, 2016,p.14).

Os estudos mais atuais sobre rejuvenescimento facial propõem um novo conceito: os 5 RS. Ao avaliar o envelhecimento facial temos que enxergar além da pele, geralmente avaliando-a em três dimensões. Analisar em 3D é ir desde estrutura óssea, músculos, camada de gordura e então à pele. Não adianta olhar somente para uma ruga isoladamente, e tratar somente ela, mas sim, analisar a face como um todo. (CAROLINE CILIÃO, DERMATOLOGIA, 2017.p.2).

O 5 “RS” referem-se a palavras em inglês: Relaxamento (RELAX) significa relaxamento da musculatura facial. Reposição (REFILL) de volume a fase apresenta compartimentos de gorduras que ficam sobre a estrutura óssea, com o envelhecimento ocorre uma perda tanto da gordura como dessa estrutura óssea. Conseqüentemente, os sulcos se evidenciam, surgem as sombras e áreas afundadas no rosto. Renovação da pele (RESURFACE) visando em diminuir manchas, melhora a textura e a flacidez. Os peelings químicos, a luz pulsada e os lasers fracionados proporcionam clareamento, recuperação do viço, redução das linhas de expressão, diminuindo os poros e melhora do tônus da pele. Reposicionamento (REDRAPE) refere-se a reposicionar a pele e os músculos da face. As técnicas usadas podem ser cirúrgicas: como lifting ou fios de sustentação. E o não cirúrgico: radiofrequência, ultrassom microfocado. Remoção de imperfeições (REDRAPE) tratam imperfeições da pele, como veias aparentes, manchas ou lesões na superfície da pele que não surgem com o envelhecimento. São usados lasers, luz intensa pulsada e técnica de microcirurgia. (CILIÃO, 2017. P.1. edição.3).

3.2 Ginásticas faciais (anexo2)

Para essa problemática existe a ginástica facial indicada a todas as idades, é um procedimento antagônico esse exercício facial coloca a musculatura em atividade, se iniciada cedo é capaz de retardar a flacidez, “os exercícios são executadas sempre com contração e relaxamento aumentando a circulação sanguínea e conseqüentemente o aporte de oxigênio das células.” (PEREIRA, 2018). O método é semelhante ao isométrico, soltar e repetir à posição, assim manter a pele saudável, esses exercícios repetidos como hábitos é um grande auxílio natural no rejuvenescimento, mas necessita de atenção.

“Os Exercícios faciais devem ser prescritos por especialistas como médicos-oftalmologista, dermatologista, otorrinolaringologista, dentista ou neurologista e orientados por profissionais fisioterapeutas.” (TURBIANI, 2020). Um procedimento estético com alta demanda que ajuda na flacidez é o equipamento chamado Radiofrequência (RF) muito utilizado em procedimentos para alcançar benefícios rejuvenescedores, criado nos Estados Unidos auxilia no tratamento da flacidez cutânea, não necessitando de intervenções cirúrgicas. (anexo3) Apresenta reestruturação e formação de colágeno, Além disso, a radiofrequência é um tratamento contínuo gradativo que trabalha isento de queimaduras, hematomas, inchaços, descamações, equimoses, que permite a correção de sinais de envelhecimento, flacidez tissular facial e corporal, gordura localizada, rugas, podendo ser utilizada em todos os foto tipos e em qualquer época do ano não comprometendo a rotina do paciente. (BORGES, 2010).

Os benefícios da técnica são: A contração das fibras de colágeno devido ao aquecimento, retração da pele, aumento do metabolismo da célula dos fibroblastos e remodelação do colágeno, gerando uma aparência de pele mais firme e retraída em longo prazo. (SILVA, SANTOS, GONÇALVES & CRUZ, 2014.p.7).

3.3 Peeling

Por outro lado os famosos PEELING desejo e medo se confrontam, procedimentos externos que deve ser aplicados por médicos ou sob supervisão médica. É um procedimento estético onde a remoção das camadas da pele dependendo de sua profundidade, após a remoção, a pele se renova há produção de colágeno é feito com o uso de ácidos, seu objetivo é destruir a camada epidérmica sem atingir as estruturas como anexos cutâneos garantindo a restauração da pele, porém são contra Contraindicados em caso de infecções virais e bacterianas em atividade, gestante, pessoas diabéticas, acne papulo. Os Pelling químicos são aplicados diretamente na pele com ácidos como, retinóico que tanto pode ser em forma líquida ou em máscara. As indicações para estes procedimentos estéticos são: foto envelhecimento, cicatrizes superficiais, alterações na pigmentação e melasma. “Os peelings são classificados em: Muito superficiais, removem o extrato córneo profundidade de (6,06mm) e superficiais que provocam a exfoliação epidérmica da camada granulosa até a basal (0,45mm).” (YOKOMIZO, BENEMOND, CHISAKI, BENEMOND, 2013.p.2).

“Superficiais precisam ser feitos em séries, e sua descamação costuma ser fina, enquanto os médios e profundos são classificados em aplicações únicas, com descamação mais intensa.” (SOCIEDADE BRASILEIRA DE DERMATOLOGIA.). (anexo4)

Peeling médios despertam a descamação espessa e escura, esfolia e destrói a epiderme quase inteira, diminui rugas finas e médias, peelings profundos que são procedimentos mais perseverantes e severos que os demais, provocam crostas que no pós peeling se faz necessários o uso de curativos. (YOKOMIZO, BENEMOND, CHISAKI, BENEMOND, 2013.p.3).

Agentes para peelings muito superficiais: Ácido glicólico 30%, de um a dois minutos, Jessner uma a três camadas, Acido salicílicos 30%, Resorcina de 20 a 30%, cinco a dez minutos, Acido tricloroacéticos 10% uma camada, Ácido láctico, Ácido físico.

Agentes para peelings superficiais: Ácido retinoico 10%, Ácido glicólico 50 a

70 % de dois a 20 minutos, Ácido tricloroacético de 10 a 25%, Resorcina de 40 a 50% de dez a 20 minutos, solução de jessner de quatro a dez camadas, Ácido mandélico, ácido pirúvico, Ácido tioglicólico.

Agentes para peeling médios: Ácido glicólico 70% de três a 30 minutos, solução de jessner+ ácido tricloroacético 35%, Ácido tricloroacético 35 a 50%.

Agentes para pelings profundos: Fenol, Solução de Baker.

3.4 Lifting

Outros procedimentos muito requisitados são os cirurgicos e não cirurgicos, alguns deles são liftings faciais. A Ritidoplastia ou Lifting Facial não deixa a sensação de “Pele Esticada.” O fundamento da cirurgia baseia-se no reposicionamento das estruturas internas (ao local de origem, como observado na idade jovem) e depois retorno da pele sobre estas estruturas internas modificadas. O excesso de pele se apresenta neste momento, não necessitando tração excessiva, o que deixa um semblante natural e harmônico. (PATROCÍNIO, 2006). Essa cirurgia não é recomendada em casos de cardiopatias, hipertensão e diabetes, quando não controladas, lifting cirúrgico é indicado a partir dos sinais de envelhecimento que são vistos na avaliação, mas geralmente a indicação vem a partir dos 40 anos. (anexo5)

Segundo PATROCÍNIO (2006). O lifting facial não cirúrgico (anexo6) é uma técnica minimamente invasiva para rejuvenescimento facial. Os fios de PDO tem capacidade de dar um efeito lifting, pois estimula colágenono e tem duração de até seis meses, é um procedimento rápido, praticamente indolor e que não deixa cicatrizes. Esse procedimento acontece através do uso de tecnologias que ativam pontos da face elevando a pele do rosto.

3.5 PRP

O PRP impulsiona a produção do colágeno e da fibronectina, promovendo a angiogênese e melhorando, conseqüentemente, a reparação tecidual, técnicas de biorregeneração, além de ser indolor obtem-se resultados satisfatórios uma melhora expressiva da aparência e textura da pele que é rejuvenescida, o que se deve ao fato do PRP conter fatores de crescimento. (SILVA, 2018).

A terapia com plasma rico em plaquetas (PRP) esse material possui uma alta concentração de proteínas biologicamente ativas e conta com proteínas adesivas citocinas, quimiocinas além de ser homocoponente gerado a

apartir do sangue total obtido por meio de centrifugação e do congelamento (processos físico) do material coletado (MEIRA et al.;2019.P.15).

3.6 Botox e Ácido Hialurônico (anexo7)

Muitas são as publicidades atraentes que ilustram procedimentos indolores, que ajudam no rejuvenescimento e prevenção do envelhecimento, se iniciados aos 30 anos, esses são os preenchedores. As aplicações da toxina botulínica (txb-A) quando injetada por via intramuscular, seria ligada aos receptores terminais encontrados nos nervos motores, gerando um bloqueio na condução neuromuscular ao entrar nos terminais nervosos, inibindo a recepção da acetilcolina, produzindo paralisia muscular localizada, por deservação química temporária e inibição competitiva de forma dose-dependente. (BACHUR ET. AL. 2010 APUD SPOSITO 2009). Toxina botulínica chega à durar de quatro a seis meses, dependendo das características de cada paciente e seu resultado é uma pele firme expressões, mas controladas.

O ácido hialurônico (AH) é encontrado na matriz extracelular de vários tecidos sua molécula é um polímero dissacarídeo, segundo Moraes (2017.p.3) “os ácidos hialurônicos estão associados a sua capacidade hídrica e seu comportamento visco elástico lhe atribui um perfil característico tornando-o adequadas para várias técnicas voltadas as aplicação estéticas.” Enquanto Robim (2016) afirmam que a maioria do AH é injetado a abaixo da derme embora chamado de preenchimento dérmico o AH retém água e preenche os espaços intercelulares disponíveis na derme promovendo aumento volumétrico no local aplicado, mostrados no (anexo 8) pois “é uma molécula altamente higroscópica, que pode reter cerca de 1000 vezes o seu tamanho em molécula de água.” (LUVIZUTO, 2019.p.12).

O ácido hialurônico é mais indicado em perda óssea ou de gordura sendo mais eficaz e duradouro, de doze a quinze meses ou até mais os produtos com maiores concentrações, enquanto o botox para correção muscular facial.

“Tão importante quanto todos os quesitos são o conhecimento da anatomia, fisiologia, da região a ser trabalhada.” (VASCONCELOS, 2020.p.2). ou seja, a preparação do profissional em conhecimento e protocolo individualizado.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foi preferível nessa pesquisa para obter resultados condizentes com o assunto abordado, revista e artigos por destricharem com embasamento o tema de

foma objetivas e atualizada e bibliografias que contam histórias verídicas do dia a dia. Os assuntos abordados foram correlacionados uns aos outros baseados em referências, mostrando o que acontece no envelhecimento da pele, como e por que acontece. Por outro lado suas variadas formas de adiar, inclusive reverter os danos causados que agregam ao envelhecimento. Este estudo foi importante, pois constatou que a estética não é o único motivo para busca do rejuvenescimento, “os avanços da medicina tanto nas áreas profiláticas quanto na terapêutica prologam as expectativas de vida e intensificam o desejo de vivê-la tanto física quanto mental e socialmente.” (BORELLI, 2010.p.266).

Uma das perguntas que as pessoas na faixa dos 30 mais fazem é;

Quando devem começar a usar um produto antienvelhecimento? Quando se chega aos 25 anos sem ter usado a devida proteção já é queimado muito material genético e uns milhares de células que teriam importância fundamental para adiar esse processo, porém só é a partir dessa idade que as pessoas realmente começam a se preocupar com o assunto: Surgem ruguinhas, manchas mostrando que a pele não é mais a mesma. (BORELLI, 2010.p.201).

Pesquisa de campo foi realizada para obter resultados ilustrativos, mostrados no (apêndice1) a partir de quantos anos começam a aparecer as linhas de expressão e seus resultados, e assim mostrar como conduzir a vida de modo que evite ao máximo no futuro ser uma das pessoas na estatística. A pesquisa foi realizada com o objetivo de mostrar de uma forma clara e resumida o que acontece na realidade. Apresentada no gráfico 1º teve como foco 40 mulheres de 30 a 60 anos, foi observado que 20 das 40 mulheres tiveram seus primeiros sinais de envelhecimento na pele minimamente invasiva, ou seja, linhas quase imperceptíveis mais finas e superficiais as mulheres com aproximadamente 30 anos, enquanto 20 tiveram sinais de envelhecimento invasivos linhas de expressões cronológicas, profundas e marcadas com tempo, às mulheres com 60 anos. De fato, não se pode deixar de envelhecer, muito menos interromper esse processo do envelhecimento e os principais fatores que o desencadeia, mas pode retardar ou minimizar esses sinais. Segundo Scote e Velasco (2003) O uso de hidratante se torna ainda mais importante assim como o uso do filtro solar 85% do envelhecimento cutâneo se deve a ele.

Além de destruir as fibras descontrola células de melanina e recorrer ao peeling químico é uma ótima opção, pois ele vai renovar as camadas da pele,

removendo as linhas mais finas e machas na pele. Os peelings médios e profundos são os mais indicados quando o assunto é rejuvenescimento como foi mostrado nos referenciais teórico. Nos peelings profundos o recurso mais usado e conhecido é o pelling de fenol com esse pelling calcula-se um rejuvenescimento de cinco a quinze anos.

Muitas são as possibilidades preenchedores, cosméticos com ativos, lifting cirúrgico, fios de (PDO), (PRP), cada procedimento proporcionado por técnicas individualizadas e profissionais qualificados para o paciente que tem o desejo de rejuvenescer e aparentar visivelmente mais jovem. “A toxina butulíca do tipo (A) (Botox/Dysport) foi uma das mais importantes descobertas da cosmiatria. Indicada para rugas causadas pelo movimento.” (BORTELLI, 2010.p.241).

A tóxina (butuliníca A) assim como a hamonização são dois procedimentos mais comuns, necessita apenas de anestesia tópica são procedimentos estéticos mais procurados especialmente, pelo custo benéfico, resultados idoloeres, imediatos e por serem métodos mais acessíveis que uma cirurgia plástica. Porém em adultos com mais de 50 anos de idade os resultados da toxina butolínica são menos eficientes.

Para a obtenção do PRP, é necessário contar com uma seringa, agulhas, tubos de coleta de sangue e uma centrífuga. “Através desses materiais é retirado do paciente, em média, 50 ml a 60 ml de sangue por meio de punção venosa que, depois de centrifugado, é reduzido para uma quantidade que varia entre 07 a 10 ml de PRP.” (MEIRA et al., 2019.P.15). (anexo 9)

A terapia de plasma rico em plaquetas (PRP) tem atraído atenção para estética por ser capaz de estimular de forma indolor e o colágeno e outros componentes como quimiotaxia, mitogênese, angiogênese e diferenciação celular hidratando e nutrindo a pele através do preenchimento com o próprio sangue através de ativação de fibroblastos levando ao rejuvenescimento. O ideal é sempre consultar um especialista antes de qualquer procedimento protocolos podem ser feitos para cada paciente de acordo com a necessidade de cada um.

O Brasil é líder no hanking de cirurgias plástica, no Brasil a procura por plásticas reparadorase rejuvenescedoras é crescente. Estes procedimentos cirurgicos e não cirúrgicos de reparo devem ser protocolados apenas por profissionais pela Sociedade Brasileira de cirurgias plasticas ou pela Sociedade Brasileira de Dermatologia. Uma das mais realizadas no Braisil é Lifting facial

cirúrgico, ela remove o excesso de pele e trata profundamente estruturas como músculos e gorduras, melhorando assim o aspecto da flacidez tissular. A cirurgia delifting facial demora em torno de 4 a 5 horas.

As rugas mais invasivas surgem no rosto por volta dos 50 anos de idade podem ser excesso de contração causado pelos movimentos faciais repetitivos como a da testa quando fala ou da musculatura dos olhos ao sorrir, é indicado o treinamento da musculatura facial. (BORELLI, 2010.p.240), (anexo 10).

Uma forma de prevenir e melhorar as linhas de expressões naturalmente consistem em aplicar produtos da forma correta, cosméticos faciais devem ser aplicados levemente de baixo para cima em direção a temporais glândulas de forma que seja feita uma massagens facial, enquanto o produto é absorvido, o resultado é um lifting facial instantâneo. Ligada à massagem facial temos os exercicios faciais, assim como o corpo a face possui músculos e necessitam de exercicios para fortalecer e melhorar sua musculatura ajudando na sua tonificação , esses exercicios iram trabalhar a sustentação da pele.

Os músculos faciais movimentam a pele por isso são os maiores responsaveis pelas expressões facias e pelas rugas, com passar o tempo áreas específicas como orbicular dos olhos, prócero, depressor do septo, depressor dos lábios, músculos zigomático maior e menor são alguns que resultam na pele com mais facilidade as linhas finas a partir das expressões como sorrir e arquivar as sobrancelhas e com passar do tempo rugas e expressões marcadas.

Junção de exercícos físicos como: Musculação, caminhada, natação, exercícos terápícos como Yoga, Cinesioterapia, Pilates, Tai Chi são alguns exemplos de exercícos que trabalham corpo e mente Yin e Yang. Uma boa alimentação rica em oxidantes e nuticosméticos é uma forma saudável de equilibrar corpo, alma e mente de dentro para fora trazendo assim, qualidade de vida saúde e bem-estar e consequentemente leveza nas expressões e no corpo.

Consultar nutricionistas desde cedo é mais um forma muito indicada no processo de cuidado com corpo e pele, o auxilio em uma boa alimentação rica em antioxidantes grandes aliados na prevenção do envelhecimento precoce, pois conseguem atrasar ou até inibir a oxidação celular, eles são pazes de neutralizar os radicais livres,

Alimentos como laranja, acerola, limão, manga, uva e tomate são ricos em antioxidantes e auxiliam em uma pele bem mais bonita.(anexo11).

E o que seria nutricosméticos?

Nutricosméticos são as tendências da indústria de beleza, eles são resultados da convergência entre as indústrias de cosméticos e alimentos, conhecidos como pílula da beleza são caracterizados pela ingestão de alimentos ou suplementos com o propósito de melhorar os aspectos da pele (antirrugas, antiacne, anticelulite entre outros), (ANUCIATO, 2011). O principal convite ao antienvelhecimento, reduzindo a formação de rugas por combaterem radicais livres. (anexos 12).

Devem sempre ser indicado por um profissional especializado, após ser feita uma avaliação e ser associado à alimentação, e uso de produto tópico. Os nutricosméticos são cápsulas de vitaminas e minerais que ajudam no cabelo, pele, unha, e anti-idade, porém são contraindicados para grávidas, lactantes e pessoas hipersensíveis a algum componente da fórmula. A indústria de cosméticos constitui um dos segmentos mais importantes da economia mundial em produção, o Brasil passou ao terceiro lugar no ranking mundial. Por fim, futuros novos protocolos podem ser criados por profissionais da área da saúde que possam ajudar nesse processo e assim adicionar a este estudo e pesquisa de conclusão da graduação de estética e cosmética.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Evidencia-se, portanto, que com o avanço da idade, a pele começa a sofrer alterações, caracterizando – se o envelhecimento.

Com o objetivo de reverter essa problemática, preocupações por uma alimentação mais saudável, exercícios para promover saúde e bem estar hoje é um fato e prioridade de uma boa parcela da população. Por outro lado à procura por cosméticos, procedimentos estéticos e cirurgias plásticas além das reparações provisórias para auxiliar no processo do tão sonhado rejuvenescimento não para de crescer.

Essa parte da população também se encontra mais atenta ao uso diário do protetor solar, já que a exposição solar é uma das principais causas do envelhecimento cutâneo, e se tornaram adeptas dos cuidados básicos diários com a pele, tudo em busca de ter uma pele com aparência mais jovem por mais tempo.

REFERÊNCIAS

ALVES, J.A.N.R. et al. **Envelhecimento normal**. Florianópolis, 2005. 51f. Monografia - Universidade Federal de SC.

ANDRADE, Carvalho de, C.A. C **Rejuvenescimento facial**, Revista diálogos de saúde. 2019 Disponível em: <<https://periodicos.iesp.edu.br/index.php/dialogosemsaude/article/view/245>> Acesso:03 nov 2021.

ANUCIATO, Talite Pizza, A.P.T. **Nutricosméticos**. 2011. Disponível em: <https://teses.usp.br/index.php?option=com_jumi&fileid=17&Itemid=160&id=A7A6345CCB9A&lang=en> Acesso em: 10 out 2021.

AGUIAR, Adriana de. **Envelhecimento e rejuvenescimento em contextos intergrupais antagônicos: representações sociais e práticas corporais**. Florianópolis, 2016. Disponível em <https://1library.org/document/ynx0ew0q-envelhecimento-rejuvenescimento-contextos-intergrupais-antagonicos-representacoes-praticas-corporais.html> Acesso: 20 out 2021

BAUMANN, L. **Dermatologia cosmética: princípios e práticas**. Rio de Janeiro: Revinter, 2004.

BIANCHI, Maria de Lourdes Pires, ANTUNES, GREGGI Lusânia Maria. **Radicais livres e os principais antioxidantes da dieta**. 1999. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rn/a/bzHBTqBfJr8jmJn3ZXx9nMs/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 04 nov 2021.

BORELLI, Schnaidr Shirlei, S.B.S, **As idades da pele: Orientação e prevenção**, São Paulo- SP, 2010.

BORGES, Fabio dos Santos, SCORZA, Flavia Acedo. **Terapeuta em estéticos conceitos e técnicas**, 1ª Edição, 2016 Editora Phorte. São Paulo.

BUCHIL, L. **Radicais livres e antioxidantes: Cosmetics e Toiletries**, São Paulo, v.14, 2002.

CECILIANO, Caroline, C.C, **Os 5 “Rs” do Rejuvenescimento Facial**, Revista saúde, Apucarana-PR, 2017. Disponível em: < <https://rsaude.com.br/apucarana/materia/os-5-rs-do-rejuvenescimento-facial/11730>> Acesso em: 03 nov 2021.

CAVALCANTI, Andrea Nóbrega; AZEVEDO, Juliana Felippi; MATHIAS, Paula. **Harmonização Orofacial: A odontologia além do sorriso**. Revista Bahiana de Odontologia, Bahia, p. 35-36, jun. 2017.

CORRÊA, BC et al. **Preenchimento labial com ácido hialurônico** – relato de caso. Simetria Orofac. Harmon. Sci. São José dos Pinhais: Plena, 2019. Disponível em: <<https://editoraplena.com.br/wp-content/uploads/2019/09/PREENCHIMENTO-LABIAL-COM-ed-1.pdf>> Acesso em: 08 nov 2021.

COSTA, Amanda Marinho Chaves, NOGUEIRA, Rudson da Silva, LEMOS, Alice

Christinne de Alencar, SANTOS, Beatriz Nogueira dos, SILVA, Letícia Sandes de Albuquerque, COSTA, Lucas Leveson Lisboa da, ALBUQUERQUE Maria Júlia Ventura de; **Hamonização orofacial frente ao uso de tóxina butulínica**, Curitiba, 2021. Disponível em:

<<https://brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/31162/pdf>> Acesso em: 01 nov. 2021.

GUIRRO, Elaine Caldeira de O. **Fisioterapia Dermato- funcional: fundamentos, recursos, patologias**. Barueri-São Paulo Manole, 2004.

ESTON, ANA PAULA; NARDINO, DEISE; PIVATO, LEANDRO. **ENVELHECIMENTO CUTÂNEO: TEORIA DOS RADICAIS LIVRES E TRATAMENTOS VISANDO A PREVENÇÃO E O REJUVENESCIMENTO**. REVISTA UNINGÁ, [S.l.], v. 24, n. 1, jun. 2010. ISSN 2318-0579. Disponível em: <<http://34.233.57.254/index.php/uninga/article/view/879>>. Acesso em: 13 nov. 2021

LACERDA, Cícero de Sousa. **Revista diálogos de saúde**, São Paulo ed 2, 2019.

LEITE, Rafaela Gomes Vilches, CARDOSO, Tuany Monytherllys Maciel, **Preenchimento labial com o uso do ácido hialurônico**, 2016 Disponível em: <https://semanaacademica.org.br/system/files/artigos/rafaela_tuany_pdf.pdf> acesso em : 16 Out 2021.

LUVIZUTO E, Queiroz T. **Arquitetura Facial**. Nova Odessa: Napoleão; 2019.

MACEDO, Roberti Otavio, M.R. **O Segredos de uma boa pele**, São Paulo-SP,2001.

MAIA, Ilma Elizabeth. FREITAS, SILVA Jefersson de Oliveira, **O USO DO ÁCIDO HIALURÔNICO NA HARMONIZAÇÃO FACIAL: UMA BREVE REVISÃO**, 2018. Parana-RO Disponível em <https://www.mastereditora.com.br/periodico/20180704_092807.pdf> Acesso em: 09 Nov 2021.

MEIRA, Valquíria Campos; SILVA, Margarida Isabel Gouveia da NEVES, Patrícia Regina; SILVA, Graziela Batista da. **Aplicação do plasma rico em plaquetas para fins estéticos**. 2019. Disponível em <<file:///C:/Users/janai/Downloads/205-764-1-PB.pdf>> Acesso em 06 nov. 2021.

Moraes BR, Bonami JA, Romualdo L, Comune AC, Sanches RA. **Ácido hialurônico dentro da área de estética e cosmética**. Revista Saúde em Foco. Edição nº 9. São Paulo, 2017.

NETO, José Milton de Aquino; SILVA, Jordana Lima Vicente da; PARANHOS, Altamiro Júnior; MENDOÇA, Cesar de; DUARTE, Isabel Karine Ferreira; NETO, João Francisco Tenório. **O uso do ácido hialurônico na harmonização facial: Uma revisão da literatura**, Alagoas, 2019 < disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/1269/773>> acesso 05 nov 2021.

OLIVEIRA, Carla Gregório Barbosa de, ALVES, Simão Cohen, Valter. **Surg Cosmet Dermatol**, São Paulo, 2013.

PALASTANGA, Nigel; Field, Derek; SOAMES, Roger. **Anatomia e movimento humano: Estrutura e Função**. 3. Ed. São Paulo: Manole, 2000.

PAVANI, A.A.; FERNANDES, T.R.L. **Plasma rico em plaquetas no rejuvenescimento cutâneo facial: Uma revisão de literatura**. Revista UNINGÁ Review, Paraná, v.29, n.1, 2017.

PEREIRA, Rafaela, professor De estética facialdo rômoga, **Ginástica facial**, 2018 São Paulo, Disponível:<romogaproestetica.com> Acesso: 06 Nov de 2021.

PETROCCA, Serafina. **Dieta para a juventude**. Brasil. Mediafashion, São Paulo: Época, 2010.

PETKOVA Marguerita, **isometria: Ginástica facial**. São Paulo, Bibliografia 1989 p-12,13 editora: Ágora departamento editorial.

RIBEIRO, C.J. **Cosmetologia aplicada a Dermoestética** 1. Ed. São Paulo: Pharmabook, 2006.

ROBSON JK, Hanke CW, Siegel DM, Fratila A, Bhatia AC, Rohrer TE. **Cirurgia da Pele**. Elsevier Brasil. 2016

SILVA, A. R., de Oliveira Santo, A. C., Gonçalves, V. M., & da Cruz, E. F. (2014). **Radiofrequência no tratamento das rugas faciais**. Revista da Universidade Ibirapuera-São Paulo, Disponível em: <<http://revista.fumec.br/index.php/esteticaemmovimento/issue/view/356>> Acesso em 29 de Out de 2021

SILVA, Alzira Rabelo da; SILVA, Ana Carolina de Oliveira, GONÇALVEZ, Virginia Mendez ; CRUZ, Edgar Ferreira da; **Radiofrequência no tratamento de rugas faciais**, Disponível em: <<https://www.cassiacorrea.com.br/wp-content/uploads/2017/09/4-RFREQUENCIA.pdf>> acesso 26 out 2021.

SILVA, Roberta Kawakami; MUNIZ, Bruno Vilela; BERGAMO, Tatiana Tatit de Fázio. **Efeito de plasma rico em plaquetas PRP: No rejuvenescimento cutâneo facial**. Revista científica de ciencias da FAIT 2021. São Paulo Disponível em: <http://fait.revista.inf.br/imagens_arquivos/arquivos_destaque/P7jAfcYfKZfb0N_2021-7-2-16-55-15.pdf> Acesso: 26 de out 2021.

SILVA, Suimey Alexia; PINTO, Liliane Pereira; BACELAR, Isabela de Assis. **O uso da radiofrequência no rejuvenescimento facial: revisão de literatura**. Revista Saúde em Foco. ed. 10, 2018. Disponível em <https://portal.unisepe.com.br/unifia/wpcontent/uploads/sites/10001/2018/07/067_O_USO_DA_RADIOFREQU%C3%8> acesso em 03 nov 2021.

SIMOES, Ana Paula. **Verdades e mentiras sobre plasma rico em plaquetas (PRP)**. 2010. Disponível em: <www.webrun.com.br/verdades-e-mentiras-sobre->

plasma-rico-em-plaquetas-prp>. Acesso em: 09. nov. 2021

SCOTTI, L; Velasco, M.V.M. **Envelhecimento cutâneo a luz da cosmetologia: Estuda da prevenção da pele no decorrer do tempo.** São Paulo tecnopress: 2003.

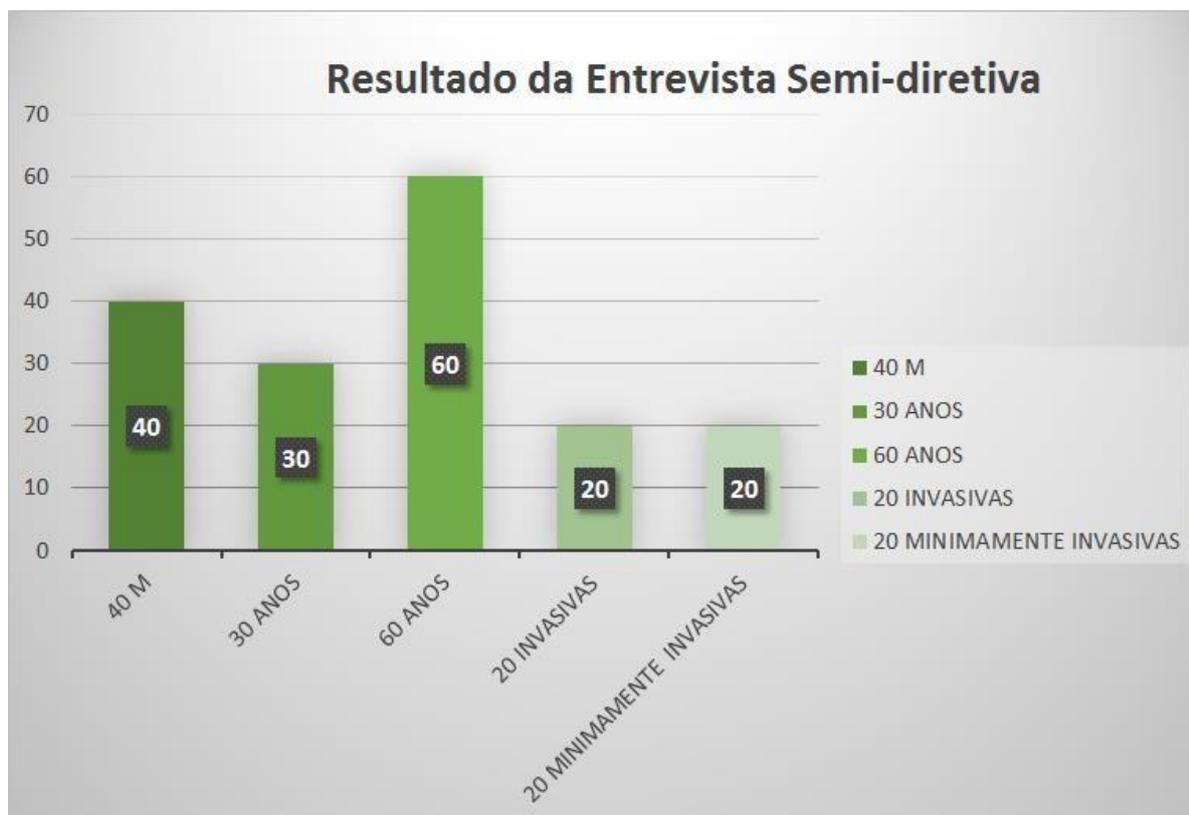
STRUTZEL, E. et al. **Análise dos fatores de risco para o envelhecimento da pele: Aspectos gerais e nutricionais.** Revista Brasileira Nutrição Clínica v.22, São Paulo, 2007.

UNIVERSIDADE FEDERAL. SC/Centro de filosofia e ciências humanas, programa de pós-graduação em psicologia Florianópolis, 2016.

XAVIER, Danielle, FURTADO, Sofia. **Cirurgia Plástica.** São Paulo, 2020. Disponível em <<https://digitais.net.br/2020/12/brasil-lidera-ranking-mundial-de-cirurgias-plasticas/>> Acesso em: 26 out 2021.

YOKOMIZO, FIGUEIREDO Vania Marta; BENEMOND, HENNEBERG Tania Mariia; CHIMBOBU Chisaki; BENEMOND, HENNEBERG Paula. **Surg. cosmet. dermatol. Pelling.** São Paulo, 2013 Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-2286>> Acesso em 25 de out 2020

APÊNDICES A – RESULTADO DA ENTREVISTA SEMI-DIRETIVA



Fonte: produzido por Micherlane R. Melo Mühlbauer.

ANEXOS 1 – GORDURA FACIAL



FIGURA 3: Compartimentos de gordura da face. (Adaptado de Girloff e cols³)

Fonte: https://encryptedtbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcRiCH9Xx0WmJV8xRsluQqBS_ueDkVd_SNig8yroOhToVKVexR9YxQ

ANEXO 2 – EXERCÍCIO FACIAL



Fonte: <https://osegredo.com.br/ginastica-facial-para-se-ver-mais-jovem/>

ANEXOS 3 – RÁDIO FREQUÊNCIA



Fonte: www.tuasaude.com

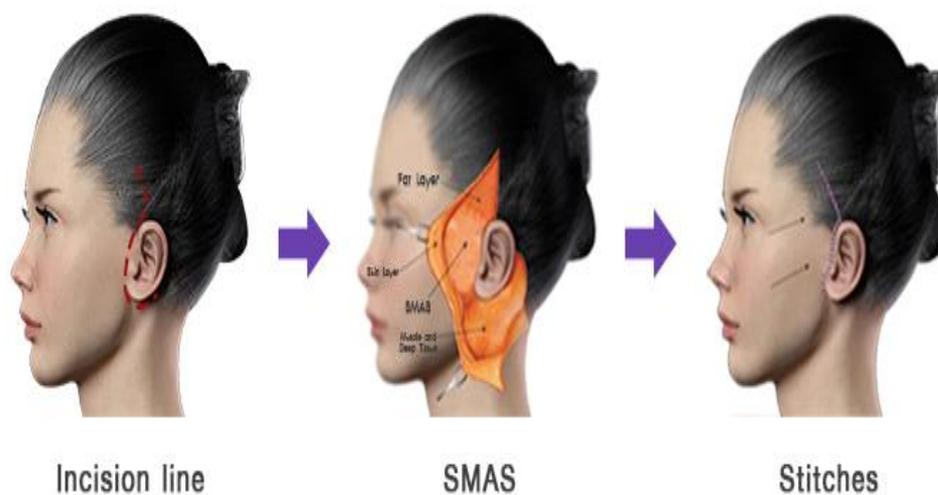
ANEXOS 4 - PEELING



FIGURA 11
PÓS peeling
IMEDIATO FROSTING

Fonte: Surg Cosmet Dermatol 2013;5(1):5868

ANEXOS 5 – RITIDOPLASTIA – LIFTING CIRÚRGICO



Fonte: <https://www.kamolhospital.com/>

ANEXOS 6 – LIFTING NÃO CIRÚRGICO – PDO



Fonte: rsaude.com.br/umuarama/materia/lifting-nao-cirurgico-da-face-em-30-minutos/9330

ANEXOS 7 – TOXINA BUTULÍNICA



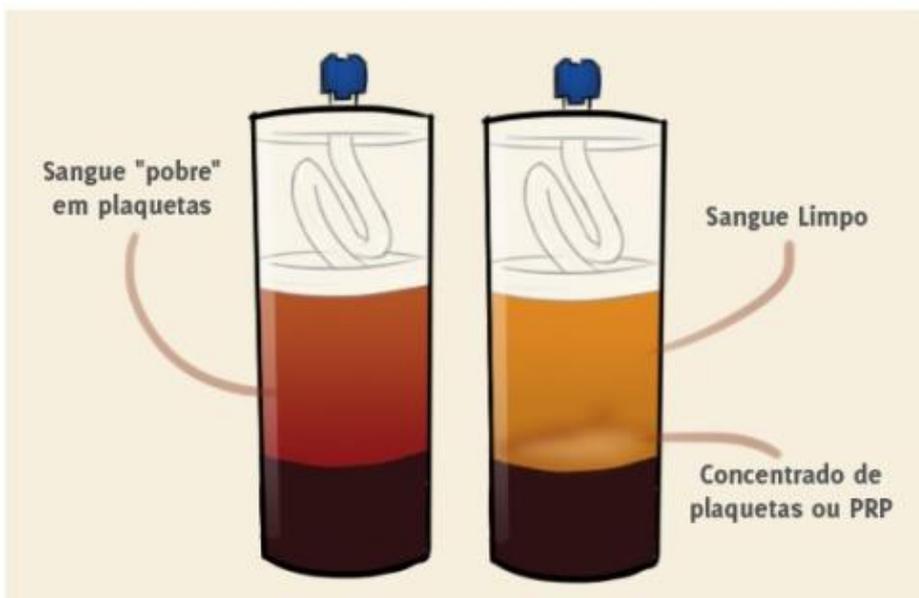
10/2005 Prior to treatment 3/2006 After Botox and Restylane
Fonte: bioquimicadoenvelhecimento.blogspot.com/2009/06/botx.html

ANEXOS 8 – HARMONIZAÇÃO FACIAL (AH)



Fonte: villaodontologia.com.br/especialidades/harmonização

ANEXOS 9 – PRP



Fonte: <https://www.webrun.com.br/verdades-e-mentiras-sobre-plasma-rico-em-plaquetas-prp>

ANEXOS 10 – PROCESSO DE ENVELHECIMENTO



Fonte: <https://www.newyou.com/beauty/body-beta-2>

ANEXOS 11 – ALIMENTOS ANTIOXIDANTES

Antioxidantes	Alimentos
Vitamina C	Laranja, limão, goiaba e acerola
Vitamina E	Azeite de oliva, abacate e nozes
Betacaroteno	Cenoura, abóbora e mamão
Licopeno	Tomate, melancia e pitanga
Resveratrol	Mirtilo, uva roxa e cacau
Antocianina	Açaí, repolho roxo e jabuticaba

Fonte: Agricultura.sp.org.br/2020

ANEXOS 12 – NUTRICOSMÉTICOS



Fonte: <https://thaisadalmut.com/blogsauadeebeleza>