

A PELE E O SOL

A pele é o órgão responsável pela cobertura do organismo e sua proteção. Dividido em camadas, compreende a derme e a epiderme: a derme é a camada externa da pele, composta por colágeno, elastina, proteínas e outros que dão sustentação à epiderme. Esta, por sua vez, é a camada mais profunda da pele, composta por queratina, melanócitos e células imunitárias.



Por ser o maior órgão do organismo e o responsável pela sua proteção, a pele requer muitos cuidados. Quando não cuidada, ela pode apresentar vários problemas, como:

Ressecamento: provocado pela falta de alimentação natural, que proporciona hidratação à pele, e ainda a não utilização de hidratantes de origem cosmética ou farmacêutica.

Queimadura: provocada pela exposição exagerada ao sol ou ainda por acidentes com substâncias quentes, entre outras.

Alterações de coloração: provocada por bronzeamento ou por aparecimento de manchas brancas, ásperas e arredondadas que descamam irregularmente.



Por ser o maior órgão, a pele deve ser bem cuidada para que proteja bem o organismo contra agentes externos. A utilização de hidratantes, bem como a ingestão de alimentos benéficos à pele, auxilia na manutenção da elasticidade e maciez. Os protetores e bloqueadores solar devem ser utilizados diariamente mesmo em dias de pouco sol, já que a claridade e algumas classes de lâmpadas irradiam sobre a pele podendo provocar o envelhecimento precoce da mesma. É importante que a pele seja protegida contra os raios nocivos do sol (UVA e UVB) para prevenir o câncer de pele e queimaduras.



Se existe o desejo de bronzeamento, sugere-se que protetores contra os raios ultravioletas sejam usados, pois assim a produção da melanina será ativada sem prejudicar tanto a pele.



Por Gabriela Cabral
Equipe Brasil Escola
Fonte: brasilescola.uol.com.br/saude/pele-e-sol.htm