



# A saúde da pele

## na quinta década de vida

Com os cuidados e os tratamentos certos, é possível manter a pele jovem por muito mais tempo

Por Dra. Laila de Laguiche & Dra. Marcela de Trotta

Já foi-se o tempo em que pessoas de 50 anos eram “senhores e senhoras de idade”. Hoje, muitos parecem rapazes e moças aos 50. E isso nos parece muito justo, pois acreditamos que o corpo humano, em situação ideal, é destinado a ter saúde e jovialidade durante toda a sua existência. Rejuvenescer está em voga, graças aos recursos ofertados pela medicina.

A vida moderna trouxe benefícios à saúde, recursos terapêuticos e longevidade. Manter um estilo de vida saudável é algo a ser cultivado. Envelhecer é fisiológico, envelhecer com dignidade é uma arte.

A aparência naturalmente jovem de que algumas pessoas desfrutam é resultado de um conjunto de fatores físicos e emocionais coordenados, além de atitude. Para isso, recomendam-se alguns cuidados. Em primeiro lugar, gostar e cuidar de si mesmo! Isso inclui controlar o estresse, ingerir alimentos não industrializados, exercitar-se moderadamente, expor-se ao sol de forma adequada e, é claro, contar com ajuda profissional nos cuidados com a saúde e a pele.

A dermatologia oferece uma quantidade enorme de técnicas para harmonizar o contorno da face, a textura da pele, acentuar a firmeza, uniformizar a cor, além de realizar diagnósticos cada vez mais precoces de muitas doenças dermatológicas. Lançamos mão de estratégias terapêuticas cada vez menos invasivas, com resultados cada vez melhores, mais rápidos e mais acessíveis. Hoje, aos 50 anos, não é preciso abrir mão disso tudo. É possível amadurecer com saúde e dignidade. Assim, incentivamos você, caro leitor, a olhar atentamente a si mesmo, observando os sinais que seu corpo lhe fornece, inclusive por meio da pele, porque ele precisa ser bem cuidado.

Nós, médicas dermatologistas que amamos nossa profissão, estamos à disposição para acompanhar nossos clientes nesse processo de autocuidado e rejuvenescimento da pele.

Abraços dermatológicos! ■

PROMOTOP: Os conteúdos, assim indicados, são materiais publicitários em formato nativo. A responsabilidade sobre as informações é do escritor e não expressa necessariamente a opinião da TOPVIEW.

PROMOTOP

**DRA. LAILA DE LAGUICHE & DRA. MARCELA DE TROTTA**  
CRM/PR 31295. RQE: 17087  
CRM/PR 21709. RQE: 16497

Rua João Negrão, 731, Sala 2401  
Tel: 3027-3931.  
[dermatologiacuritiba.com](http://dermatologiacuritiba.com)