



JOSÉ CAMPOS LOPES

# Rosácea acaba em beleza

A chave do sucesso no tratamento da rosácea assenta no diagnóstico e no tratamento precoces, sendo certo que se não for tratada haverá agravamento e maior dificuldade em obter bom resultado cosmético

**A ROSÁCEA** é uma doença cutânea frequente que provoca vermelhidão, pápulas e pústulas semelhantes às encontradas na acne.

Pode haver um grau variável de edema (inchaço) e é mais frequente em pessoas que coram com facilidade, em adultos depois dos 30 anos, em pessoas de pele mais clara, podendo causar intolerância aos cosméticos banais que anteriormente se utilizavam.

Em regra, esta doença inicia-se na porção média da face, com rubor, e pode envolver gradualmente a testa, o nariz e o queixo.

No início, pode surgir só vermelhidão esporádica na cara. Com o tempo, porém, torna-se permanente, com derrames, que vão aumentando e que contribuem para um aspecto inestético da face, além de não apresentar tendência para melhorar sem tratamento.

Uma das variantes mais exuberantes da rosácea é o rinofima, que representa um marcado desenvolvimento de glândulas sebáceas, vermelhidão e aumento considerável das dimensões do nariz, de forma irregular. É mais frequente no sexo masculino, e um processo semelhante pode surgir em

outras áreas da face. Em alguns doentes com rosácea há envolvimento ocular, com ardor, conjuntivite, impondo-se tratamento prescrito por médico oftalmologista.

## SIGA BONS CONSELHOS

Quem sofre de rosácea deve evitar bebidas muito quentes e alimentos condimentados, moderar a cafeína e o consumo de álcool, pois estimulam o rubor facial.



### SAIBA QUE...

- A rosácea é mais frequente em pessoas que coram com facilidade, em adultos depois dos 30 anos, em pessoas de pele mais clara
- Surge geralmente associada a constipação ou a síndrome gripal
- Recomendam-se tratamentos combinados, adaptados a cada situação, visando travar o processo inflamatório e reverter as manifestações clínicas



## No tocante ao tratamento, o reconhecimento da doença é o primeiro passo para se alcançar o controlo da situação

Aconselha-se igualmente a evitar a exposição directa ao sol e a utilizar produtos fotoprotectores com índice superior a 15, adaptados ao tipo de pele e que devem ser reaplicados com frequência.

Tanto quanto possível, deve evitar-se temperaturas extremas e mudanças súbitas de temperatura, que agravam os sintomas. Esfregar, coçar ou massajar fortemente a face é igualmente desaconselhado. Devem evitar-se cosméticos que contenham álcool. A maquilhagem é permitida, mas deve ser também adequada.

No tocante ao tratamento, o reconhecimento da doença é o primeiro passo para se alcançar o controlo da situação. Os especialistas em dermatologia recomendam, em regra, tratamentos combinados, adaptados a cada situação, visando travar o processo inflamatório e reverter as manifestações clínicas.

São receitados produtos de higiene específicos, tratamentos tópicos e por vezes também sistémicos, que podem demorar semanas até se obter melhoria considerável.

A persistência dos pequenos vasos dilatados (derrames) pode tratar-se com o recurso a raios laser ou luz pulsada intensa, temporariamente acompanhada de maquilhagem correctora. Também o rinofima obtém resultados interessantes com tratamento de laser.

Em conclusão, pode dizer-se que a chave do sucesso da recuperação da rosácea assenta no diagnóstico e no tratamento precoces, sendo certo que se não for tratada haverá agravamento e maior dificuldade em obter bom resultado cosmético. ●

● Coordenador do Departamento de Dermatologia do Hospital da Luz.