manchas na pele

Guia completo para tratar o melasma

RACHELGUERRA
DERMATOLOGIA

ebook 01

Para conhecer
mais sobre a clinica
leia o QR code, ou
clique aqui.

Todos os direitos reservados. Para fins comerciais, nenhuma parte deste E-book deve ser usada sem permissão. Para fins não comerciais, o uso deste material é livre desde que mencionado como fonte juntamente com os autores. Dúvidas ou informações, entre em contato através do e-mail **clinica@rachelguerra.com.br** ou se preferir utilize nossos canais sociais (é só clicar no ícone):

ÍNDICE INTERATIVO

Como é feito o diagnóstico do melasma?

Pilares para o tratamento de melasma

1°— Fotoproteção

2°— Redução do potencial de pigmentação

3° — Destruição e eliminação do pigmento

4° — Tratamento dos vasos

5° — Rejuvenescimento da pele

Dúvidas frequentes

clique nos tópicos acima para navegar pelo ebook.

clique em voltar ao índice logo abaixo, sempre que quiser voltar para esta página.

O melasma é uma pigmentação - mancha escura - na pele, mais frequente na face, principalmente na testa, lábio superior, bochechas e nariz. Apesar de ocorrer com mais frequência em gestantes, o melasma não é exclusividade do sexo feminino, nem exclusivo das mulheres em período gestacional.

Melasma - Principais Causas

Genética

Fatores hormonais

Exposição ao sol

As causas dessas pigmentações são diversas, podendo ser por **genética** - é comum ver várias pessoas de uma mesma família com predisposição ao melasma. Podendo ser também por **fatores hormonais**, tanto gestação quanto o uso dos contraceptivos, daí está a maior frequência em mulheres, principalmente as que estão em período reprodutivo. Além disso, o grande vilão é a **exposição ao sol**, muitas vezes o melasma começa após uma exposição solar intensa.

Nem todos os melasmas são iguais: percebemos alguns melasmas mais claros, outros mais escuros, alguns mais fáceis de tratar e outros até momentâneos, como alguns que aparecem durante a gravidez e desaparecem no pós parto. O melasma tem comportamentos diferentes, podendo ter respostas diferentes ao tratamento. O grande avanço da dermatologia nos últimos anos foi entender essa diferença, entender a relação do melasma com a pele e com os fatores agravantes.

Antigamente, o melasma era classificado apenas em relação a sua profundidade, como epidérmico os mais superficiais, dérmicos os mais profundos e misto aqueles

com componentes superficiais e profundos. O que determinava a resposta terapêutica do melasma era a sua superficialidade.

Com o passar dos anos, foi visto que a grande maioria dos melasmas eram mistos, com componentes superficiais e profundos, e que a superficialidade não é o principal fator na escolha ou na resposta terapêutica. Hoje, além de observar a pigmentação e a localização, é observado no melasma a presença de vasinhos **chamados Telangiectasias.** Mesmo em melasmas bem claros, esses vasinhos são sinais de que a mancha tem maior probabilidade de reincidência, além da complexidade do tratamento.

Entendendo esse processo, buscamos tratamentos para esses vasinhos e com isso, conseguimos aumentar o potencial de melhora e evitar o retorno de um melasma.

COMO É FEITO O DIAGNÓSTICO DO MELASMA?

O melasma é uma doença tão comum que normalmente está na cara (ou no rosto) de quem tem. No entanto, o diagnóstico é muito importante, jamais despreze uma mancha. **Talvez não seja só uma manchinha.**

O seu diagnóstico é clínico, normalmente simples, no qual o dermatologista usa além da visualização da pele do paciente, a lâmpada de Wood. Essas lâmpadas usam uma luz negra, permitindo a identificação de melasmas subclínicos, aqueles melasmas que ainda vão aparecer clinicamente.

Isso previne problemas maiores, pois existem procedimentos, até mesmo procedimentos estéticos, que podem piorar um melasma subclínico. Ao receber o diagnóstico de melasma subclínico, o paciente recebe uma orientação e tratamento para que não haja formação de manchas no local.

Então, em casos de manchas na pele, o ideal é procurar um dermatologista para uma avaliação e tratamento.

PILARES PARA O TRATAMENTO DE MELASMA

O tratamento do melasma está fundamentado em 5 pilares.

Os 5 pilares principais

1° — Fotoproteção
2° — Redução da pigmentação
3° — Eliminação do pigmento
4° — Tratamento dos vasos
5° — Rejuvenescimento da pele

1°— Fotoproteção

A fotoproteção deve ser rigorosa, já que o principal fator desencadeante do melasma é a exposição ao sol. Por isso, é preciso usar filtros solares que protegem dos raios ultravioleta.

Temos hoje outros fatores importantes, como por exemplo a exposição às telas de luz visível, por isso, é preciso usar filtros para luz visível com pigmento, filtros com cor para refletir a luz da tela.

2°— Redução do potencial de pigmentação

É nesse grupo que estão vários dos **tratamentos clínicos** e **ativos despigmentantes** que vão clarear a pele e combater o melasma.

No passado, a Hidroquinona era um dos ativos despigmentantes mais queridos no combate ao melasma. Hoje ela está sendo deixada de lado, pelos seus riscos e complicações, e vão surgindo outros ativos poderosos e mais seguros para este tratamento. O Tiamadol, Ácido Kójico, Ácido Retinóico, Glicólico, Mandélico e Vitamina C são exemplos deles.

O importante na escolha dos ativos é usar aqueles que vão atuar em momentos diferentes na produção de melanina, que são suaves e não irritam a pele. **Toda vez que há irritação há um aumento da síntese de melanina.** É como se você passasse a noite despigmentando o melasma e de manhã você voltasse a manchar a sua pele.

A escolha desses agentes é individualizada para que se obtenha os melhores resultados. São considerados o tipo de paciente, as condições do melasma e a sensibilidade da pele desse paciente.

3° — Destruição e eliminação do pigmento

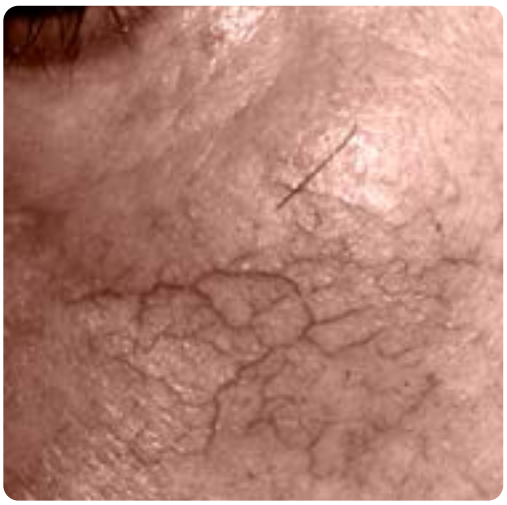
Existem procedimentos e ativos capazes de destruir e/ou facilitar a eliminação do pigmento. Neste grupo estão os peelings e os lasers.

O efeito rebote nada mais é do que o retorno, às vezes piorado, daquilo que está sendo tratado.

No passado eram usados peelings muito agressivos que promoviam uma retirada muito rápida do melasma, mas proporcionavam também um **efeito rebote*** muito rápido. Hoje são utilizados peelings suaves, como tratamento auxiliar a outros procedimentos.

Os grandes protagonistas no tratamento do melasma são os **lasers**, capazes de fragmentar o pigmento sem irritação (ou com irritação mínima), favorecendo a melhora e diminuindo a chance de reaparecimento da mancha.

O laser não cura o melasma. Na verdade, **nada cura o melasma.** O tratamento ideal é um bom controle, mantendo uma pele bonita ao longo do ano independente da presença do melasma.



4° — Tratamento dos vasos

O quarto pilar é o tratamento das telangiectasias, os vasinhos do melasma que citei anteriormente. Os vasinhos dificultam o tratamento e facilitam o reaparecimento das manchas.

O tratamento dos vasos é feito com lasers que os destroem, como o Dye Laser V-Bean, por exemplo. Eles conseguem destruir os vasinhos sem que haja lesão na superfície da pele.

5° — Rejuvenescimento da pele

O que melhorou muito no tratamento do melasma nos últimos anos foi o conhecimento de **como as células que produzem pigmento (melanócitos)** e interagem com as células produtoras de colágeno, os fibroblastos. Nas áreas com melasma há um "envelhecimento" da pele e se tratamos este,

estimulando a produção de colágeno, observamos uma melhora no melasma.

Essa inovação permitiu que usássemos técnicas que já existiam como tratamento coadjuvante do melasma. É entendido que esse envelhecimento gera um comprometimento da derme na área que tem melasma. Quando ele é tratado, com a melhora do envelhecimento da pele, há uma redução no potencial de pigmentação.

É importantíssimo ressaltar que alguns pacientes não precisam de todos os pilares de tratamentos: o que vai definir o melhor tratamento para você é um diagnóstico correto, prescrito pelo dermatologista, que será a base fundamental para um tratamento de sucesso.

DÚVIDAS FREQUENTES:

—"Melasma tem cura?"

Não, mas o melasma tem controle e pode ter um bom controle. A pele pode ficar bonita durante todo o ano com um bom gerenciamento do melasma.

—"Como é feito o gerenciamento do melasma?"

Se tem melasma, é necessário que haja fotoproteção e uma fotoeducação. Dois pontos principais: **Se eu estou no momento com mancha e nunca tratei**, é ideal que a gente comece primeiro com os tratamentos tópicos locais mais leves e, a partir da resposta a esses tratamentos, migramos para lasers e peelings dentro da necessidade.

Uma exceção é quando há vasinhos, nesse caso é recomendado o laser desde o início do tratamento, porque eles vão facilitar muito o tratamento e o controle.

Em pacientes que têm muitos rebotes o laser como tratamento inicial também pode ser interessante.

Todo paciente que tem melasma precisa se cuidar muito bem para não haver irritação. A pele tem que ser cuidada e hidratada para se manter sua barreira, além da fotoproteção (cuidado permanente com o sol).

Havendo um controle da pigmentação, avançamos para uma fase de manutenção que muitas vezes vamos usar apenas tópicos que reduzem a produção de pigmento.

—"Qual é a frequência dos tratamentos, lasers, peelings?"

Isso varia, depende tanto do diagnóstico, quanto do momento do paciente. Mas, de modo geral, como os tratamentos são suaves, feitos em múltiplas sessões, para não haver irritação na pele.

Rachel Guerra

Graduação pela Faculdade de Medicina da UFMG, especialista em dermatologia pelo Hospital das Clínicas da UFMG e especialista em cirurgia dermatológica e estética médica. Membra das sociedade Brasileiras de Dermatologia e Cirurgia Dermatológica, apresenta pesquisas e trabalhos em congressos e seminários de âmbito internacional. Preceptora de Cirurgia dermatológica e cosmiatria na residência médica do Hospital das Clínicas da UFMG (2003 a 2016), Rachel Guerra sempre esteve à frente na busca por métodos modernos.

Encontre outros conteúdos sobre procedimentos dermatológicos no QR code ou **clicando aqui.**

RACHELGUERRA
DERMATOLOGIA