



16º Congresso Nacional de Iniciação Científica

TÍTULO: ENVELHECIMENTO CUTÂNEO PRECOCE E SEUS FATORES DESENCADEANTES EM MULHERES DE 20 A 30 ANOS

CATEGORIA: CONCLUÍDO

ÁREA: CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E SAÚDE

SUBÁREA: FISIOTERAPIA

INSTITUIÇÃO: FACULDADES INTEGRADAS DE FERNANDÓPOLIS

AUTOR(ES): GIOVANA BARBOSA DE ARAUJO, JULIANA DE OLIVEIRA ARANTES, LETICIA CARVALHO LAZARINI, TAINÁ CRISTINE DA SILVA TRINDADE

ORIENTADOR(ES): ROSANA MATSUMI KAGESAWA MOTTA, VALÉRIA LIMA MUNHÓZ SILVA

Realização:



Apoio:



RESUMO

O envelhecimento cutâneo é um processo que tem como influencia a genética, além de fatores ambientais e comportamentais como a exposição crônica ao sol, tabagismo, alcoolismo, estresse emocional, entre outros. Representa um processo difícil que se inicia na parte molecular e, intrinsecamente, passa por um programa genético individual, onde está ligado as agressões impostas pelo ambiente. Este estudo teve como objetivo desmistificar estigmas e estereótipos acerca das pessoas que desenvolvem o envelhecimento precoce, pois para muitas mulheres já é difícil aceitar o envelhecimento normal da pele, quando precoce, a preocupação é ainda maior. Tratou-se de uma pesquisa de campo de cunho qualitativo. De acordo com os resultados obtidos na pesquisa realizada com garis dos municípios de Fernandópolis e Ouroeste, muitos não tem conhecimento algum sobre essa patologia; e algumas delas não seguem os hábitos de uma boa alimentação e ingestão da quantidade de água necessária, o que ajuda no processo do envelhecimento precoce. Ao final deste estudo, observa-se que o envelhecimento é inevitável, mas é necessário que seja com qualidade, devendo-se realizar prevenções no dia a dia.

1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento cutâneo define-se como um processo que tem como influência a genética, além de fatores ambientais e comportamentais. Isso envolve alterações fisiológicas, morfológicas e bioquímicas que são decorrentes de forma progressiva no organismo durante toda a vida. Devido a essas mudanças existe uma perda das funções dos órgãos do organismo humano, dentre eles o órgão afetado é a pele, pois sua vulnerabilidade é ainda maior principalmente as ações ambientais e a capacidade de homeostasia é ainda mais diminuída juntamente das alterações estéticas (RIBEIRO, 2010).

Existem dois tipos de envelhecimento, o intrínseco e o extrínseco, onde o intrínseco é o envelhecimento com o passar do tempo e já o extrínseco é aquele que é causado externamente devido exposições excessivas ao sol, poluições, produtos que contem químicas usadas inadequadamente, e até mesmo a privação do sono, esse fator também contribui para o envelhecimento cutâneo precoce. Assim

entende-se um pouco como se inicia o envelhecimento precoce. (PERRICONE, 2001),

Os Radicais livres são cada vez mais conhecidos como as principais causas do envelhecimento e doenças degenerativas e são fatores que desencadeiam o envelhecimento, ele está presente como um subproduto dos processos orgânicos naturais e fatores exógenos: medicamentos, vírus, bactérias, choque térmico, fumo, álcool, alimentação gordurosa ou produtos industrializados, luz solar e poluição. (GOMES e DAMAZIO, 2009)

A elaboração deste estudo, surgiu do interesse em conhecer as causas, prevenções e tratamentos do envelhecimento.

Devido a grande preocupação com o tema no meio científico e educacional, este estudo tem relevância acadêmica e social, com intuito de desmistificar estigmas e estereótipos acerca das pessoas que desenvolvem o envelhecimento precoce, pois para muitas mulheres já é difícil aceitar o envelhecimento normal da pele, quando precoce, a preocupação é ainda maior.

2. OBJETIVO ESPECÍFICO

Objetivo deste trabalho é abordar o envelhecimento precoce cutâneo e identificar a presença de sinais do envelhecimento em mulheres de 20 a 30 anos.

3. MATERIAIS E MÉTODOS

Este trabalho tratou de um estudo quantitativo com levantamento de dados bibliográficos em literaturas, pesquisas científicas com tema relacionado a: envelhecimento, tratamentos, prevenções, causas desencadeantes.

Foi realizado no município de Fernandópolis nos dias dezoito e dezenove de maio de dois mil e dezesseis. No município de Ouroeste foi realizado no dia trinta de maio de dois mil e dezesseis.

Foi realizada uma pesquisa de campo, aplicando-se um questionário de onze questões referentes ao tema às mulheres de Fernandópolis e Ouroeste,

verificando se as entrevistadas conheciam sobre o tema, e se as mesmas possuíam acesso aos meios de proteção e cuidados devidos à exposição excessiva ao sol e raios UV.

Os dados foram coletados em 2 (duas) etapas, sendo uma com as garis do município de Fernandópolis, e a outra no município de Ouroeste.

4. REVISÃO TEÓRICA

4.1- Sistema Tegumentar (PELE)

A pele é um dos maiores órgãos do corpo humano além de possuir várias funções: proteção, termorregulação e defesa do corpo. Age como uma barreira contra ameaças externas, regula a temperatura do corpo e também reage a fatores internos, por exemplo a falta de nutrientes e uma alimentação ruim e ela pode ser facilmente danificada devido a esses e outros diversos fatores como: exposição excessiva ao sol, tabagismo, alcoolismo, etc. (SANTOS e SÁ, 2013)

A pele é formada por camadas que são: Epiderme, derme e hipoderme, todas são de suma importância dentro das funções da pele para o nosso corpo, a epiderme é a camada superficial, também conhecida por camada córnea; A derme localiza-se abaixo da epiderme, é responsável por 90% de espessura da pele; A camada de gordura (hipoderme) é a proteção natural que ajuda a manter a pele viçosa e macia. (SANTOS e SÁ, 2013)

Epiderme é formada por cinco camadas: basal, espinhosa, granulosa, lucida (que está nas mãos e pés) e a camada córnea –mais superficial- é composta por 70% de água e é onde possui queratinócitos em grande quantidade. A derme é dividida em camada papilar e camada reticular, onde a camada papilar possui a elastina e o colágeno e a reticular é onde estão localizados os vasos sanguíneos e linfáticos e derivados da epiderme. Hipoderme, que é a camada mais profunda da pele é nela que fica a reserva de energia e a proteção contra frio. (JUNQUEIRA E CARNEIRO, 2004)

É dentro da epiderme que acontece a produção da melanina que é quem determina a cor da pele, e é responsável pela coloração de alguns tipos de manchas e age como um filtro solar natural. É esses pigmentos que se tenta eliminar quando

são realizados os processos de clareamento de manchas de pele, e as pintas escuras (melanoses), que aparecem devido ao fotoenvelhecimento. (SILVEIRA, 2014)

A derme possui diferentes estruturas: vasos sanguíneos responsáveis por transportar oxigênio e nutrientes, folículos pilos sebáceos, glândulas sudoríparas e terminações nervosas. É nela que ocorre a produção de colágeno e elastina através dos fibroblastos. O colágeno é uma proteína de maior abundância no corpo humano e traz a estrutura da pele. A produção dessa proteína pode diminuir com o tempo e isso leva a formação das rugas, sulcos e flacidez. Já a elastina são as responsáveis pela elasticidade da pele. (SILVEIRA, 2014)

A hipoderme também recebe o nome de gordura subcutânea, sua principal célula é o adipócito organizado em blocos e vasos sanguíneos, este que faz o armazenamento de gordura. Tem como função a produção de hormônios. A hipoderme tem como função ser isolante térmico e reserva energética. É nessa camada que aparece a lipodistrofia ginoide. (SILVEIRA, 2014)

4.2.1 – Tipos de Pele

Existem cinco tipos de pele: normal, oleosa, seca, mista e sensível. A pele normal, é a pele ideal, mas é a mais difícil de ser encontrada, sua espessura é mediana, tem sua secreção equilibrada, tônus e elasticidade uniformes, cor próxima ao rosáceo, brilho normal, seus poros não são visíveis e a é aveludada e lisa. A pele oleosa é aquela que tem sua espessura aumentada, mais grossa e possui sulcos de expressão visíveis, tem uma produção enorme de óleo onde aumenta o brilho da pele e abre os poros (testa, raiz e queixo – locais onde possui mais abertura dos poros), esse tipo de pele é mais resistente a danos e o envelhecimento se torna mais lento, mas são peles que em alguns casos possuem pouca água, onde tornam-se desidratadas e repuxam com facilidade, tem uma maior tendência a seborreia (STEINER, 2012).

O mesmo autor destaca que a pele seca é opaca, possui baixa produção de sebo, é uma pele desidratada e sem brilho, tipo de pele que também possui pouca água e devido a falta de óleo a falta de água é ainda maior pois óleo evita a evaporação. Tem uma espessura fina, aspecto descamativo e poros diminuídos,

surgimento de rugas é mais visível e a tendência ao envelhecimento precoce é ainda maior. A pele mista é um tipo muito comum, na verdade o mais comum, o centro do rosto possui características oleosas e as laterais são características da pele seca. A pele sensível é uma pele seca, fina e tem a cor avermelhada. Na superfície os vasos são dilatados em geral (Telangectasias), sua ação é maior aos cosméticos da pele. Silveira (2014) diz que a partir de visualizações empíricas FITZPATRICK criou uma escala. Foi classificada a pele de cada um como sendo potencialmente de uma das seis classificações listadas (grupo, eritema, pigmentação e sensibilidade ao Sol):

I – Branca – Sempre queima – Nunca bronzeia – Muito sensível ao Sol

II – Branca – Sempre queima – Bronzeia muito pouco – Sensível ao Sol

III – Morena clara – Queima (moderadamente)– Bronzeia (moderadamente) – Sensibilidade normal ao Sol

IV – Morena moderada – Queima (pouco) – Sempre bronzeia – Sensibilidade normal ao Sol

V– Morena escura – Queima(raramente) – Sempre bronzeia – Pouco sensível ao Sol

VI – Negra – Nunca queima – Totalmente pigmentada – Insensível ao Sol

4.2 - Envelhecimento Precoce

O envelhecimento cutâneo define-se como um processo que tem como influencia a genética, além de fatores ambientais e comportamentais. Isso envolve alterações fisiológicas, morfológicas e bioquímicas que são decorrentes de forma progressiva no organismo durante toda a vida. Devido as essas mudanças existe uma perda das funções dos órgãos do organismo humano, dentre eles o órgão afetado é a pele, pois sua vulnerabilidade é ainda maior principalmente as ações ambientais e a capacidade de homeostasia é ainda mais diminuída juntamente das alterações estéticas. O envelhecimento cutâneo pode começar a ser visto a partir dos 30 anos, podendo ser classificados de duas maneiras; o envelhecimento intrínseco: aquele que é devido ao envelhecimento natural e fisiológico da pele; e o envelhecimento extrínseco: que ocorre devido a exposição aos raios ultravioletas e exposição ao sol, o que podemos chamar de fotoenvelhecimento, onde suas características são distintas do envelhecimento normal. (RIBEIRO, 2010).

O envelhecimento intrínseco é bem mais difícil de explicar do que o fotoenvelhecimento, um dos fatores que nos deixa explicar esse envelhecimento são os fenômenos de diminuição da capacidade proliferativa da célula, alterações fenotípicas, esses fenômenos diminuem as proteínas, isso causa alteração da matriz extracelular e causa alterações das células onde podemos chamar isso de “fenótipo senescente”, além disso, temos o estresse oxidativo, este também é um fator considerado envelhecimento intrínseco, fator este de grande influência para o envelhecimento. Agora o envelhecimento extrínseco tem como influencia as agressões ambientais, mais em primeiro lugar está ligado a exposição solar e as irradiações ultravioletas (UV), além de fatores como fumar e beber excessivamente, este também é um causador do envelhecimento. Clinicamente o envelhecimento extrínseco aparece na pele pelas características de ressecamento, rugas profundas, pigmentações irregulares, telangectasias, e atrofias na epiderme, e isso também causa alterações da matriz extracelular, e na derme isso causa a desorganização das fibras colágenas anormalidades em fibras elásticas e pessoas com as peles mais claras são afetadas com uma facilidade ainda maior. (VIEIRA, 2007)

É nas camadas da pele que ficam as evidências das alterações do corpo, na epiderme a camada córnea diminui, fica mais fina, aparecem manchas pois a melanina aumenta (hipercromicas) mas também surgem manchas que são devidas a diminuição de melanócitos (hipercromicas), ressecamento por falta de água no corpo, etc. As papilas dérmicas têm sua nutrição comprometida, onde deixa a camada germinativa prejudicada. As fibras colágenas e elásticas que sustentam a pele ficam alteradas onde o envelhecimento se inicia e a vascularização dérmica também fica reduzida (PASSOS, PINHEIRO, MIRANDA E PIAZZA, 2008)

4.2.1- Fatores que interferem no processo de envelhecimento

O envelhecimento cutâneo resulta nas alterações estéticas, visíveis e que incomodam principalmente as mulheres. Algumas teorias, mostram os fatores que influenciam o envelhecimento e porque alguns são mais rápidos que outros.

Radiação Ultravioleta: é o fator externo. Um acelerador do envelhecimento comprovado por cientistas.

Temperatura: tanto o calor quanto o frio influenciam no envelhecimento precoce, altas temperaturas causam a desnaturação do DNA e das proteínas e as baixas temperaturas causam o ressecamento e descamação da pele.

Radicais Livres e espécies reativas do oxigênio: estes induzem a fibrose e a esclerose.

Tabaco e poluição: Produzem os radicais livres, no caso de quem fuma, esse processo de envelhecimento é ainda mais rápido., pois o cigarro está ligado ao aumento da elastose cutânea. (RIBEIRO, 2010)

4.3 – Como Prevenir o Envelhecimento Precoce

O envelhecimento da pele acontece por dois mecanismos, onde um representa a passagem do tempo, chamado de envelhecimento cronológico ou intrínseco; o segundo é o considerado extrínseco, influenciado por fatores externos. A prevenção é a melhor maneira de evitar as causas externas do envelhecimento.

Para os radicais livres (RLs), uma estratégia é praticar exercícios físicos e possuir um cardápio com nutrientes que contenham antioxidantes (vitaminas A, C e E. Os ácidos graxos essenciais – como ômega-3 – e os lactobacilos também são aliados na missão de promover a beleza e o frescor da pele). Radicais livres são moléculas não pareadas de oxigênio elas danificam várias estruturas do corpo humano, como o DNA das células, as membranas e as proteínas, consequentemente causando o envelhecimento e danos a pele, que segundo estudos, os radicais livres são os responsáveis por 50% desses fatores devido a frade exposição ao sol e nosso corpo por mais que seja cheio de mecanismos de proteção contra os RLs quando o envelhecimento chega, essas proteções possuem uma eficácia cada vez menor. (SILVEIRA, 2014)

5. RESULTADOS

Na pesquisa realizada com as garis dos municípios de Fernandópolis e Ouroeste, foram abordadas questões para verificar o conhecimento do conceito sobre o envelhecimento precoce e a importância dos cuidados com pele,

principalmente por elas estarem expostas ao sol por um longo período durante o decorrer do dia. Foram entrevistados 30 garis do município de Fernandópolis e 05 garis do município de Ouroeste.

A empresa contratante informou que são fornecidos alguns equipamentos para a proteção das garis durante sua jornada de trabalho, entre eles luvas, camisa de manga longa, botinas, calças, óculos, boné árabe, protetor solar fator 30. Pode-se observar que muitas delas não sabem o que é o envelhecimento precoce e não tem conhecimento algum sobre essa patologia; e mesmo que uma grande maioria tenha uma boa alimentação e ingira o tanto de água necessário por dia, algumas não seguem os mesmos hábitos e que por mais que as empresas forneçam EPI's, algumas não usam. São essas as quais se pode observar o envelhecimento precoce.

Entre as mulheres brancas e negras os percentuais maiores observados foram a identificação de melasma solar. Em mulheres brancas, negras e pardas manchas devido acne também foi encontrado. A idade das mulheres pesquisadas variou entre 18 e 54 anos, sendo que 95% delas não tem conhecimento do que seja o envelhecimento precoce, apenas 5% delas já fizeram tratamento específico facial, e 50% delas nem sabem o que causa o envelhecimento precoce na pele e não fazem o uso do filtro solar.

O filtro solar age na prevenção do foto-envelhecimento e câncer da pele ocasionado pela exposição às radiações solares. Embora qualquer indivíduo possa desenvolver um câncer da pele, alguns são mais susceptíveis do que outros. Os estudos epidemiológicos indicam maior incidência de neoplasias cutâneas nos indivíduos de raça branca, especialmente aqueles de pele mais clara e que vivem em regiões geográficas mais ensolaradas que são o caso das garis.(SILVEIRA, 2014).

A tabela abaixo mostra os resultados das respostas obtidas através do questionário aplicado nas entrevistadas dos dois municípios.

Tabela 1. Respostas das questões aplicadas às garis dos municípios de Fernandópolis, SP e Ouroeste, SP.

Resultados do questionário	SIM	Resultado %	NÃO	Resultado %
Faz uso de protetor solar diariamente?	24	69%	11	31%
Fica exposta ao sol com frequência?	35	100%	0	0%
Tem ou já teve manchas de pele? (Melasma)	15	43%	20	57%
Já fez algum tratamento facial?	4	9%	31	91%
Além do protetor solar que tipo de prevenção você utiliza para se proteger dos raios UV?	23	65%	12	35%
Tem algum tipo de doença?	5	14%	30	86%
Ao decorrer do dia ingere 2 Lts de água?	24	69%	11	31%
Você tem algum conhecimento sobre envelhecimento precoce cutâneo?	4	11%	31	89%

6. CONCLUSÃO

De acordo com os resultados obtidos, pôde-se observar em relação ao envelhecimento e foto-envelhecimento, que as pessoas pouco tomam as devidas providências para prevenirem-se contra os danos causados pela exposição às radiações ultravioleta, acarretando assim, o envelhecimento cutâneo precocemente.

É preciso que as autoridades sanitárias e os governos se mobilizem e deem a devida importância, não só para o tratamento, mas sim para a prevenção e esclarecimento da população em geral. É importante aceitar o envelhecimento como parte indispensável da vida. No entanto, envelhecer com qualidade, como indivíduo social, se adaptando às prevenções, é uma alternativa para se envelhecer com saúde, permitindo desfrutar seus direitos, cumprindo com suas obrigações e, na medida do possível, contribuindo, com sua experiência de vida no desenvolvimento da sociedade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

GOMES, Rosaline Kelly & DAMAZIO, Marlene Gabriel– Cosmetologia: Descomplicando os princípios ativos – 3ª Edição – São Paulo – Livraria Médica Paulista Editora – 2009.

HIRATA, Lilian Lúcio, SATO, Mayumi Eliza Otsuka e SANTOS, Cid Aimbiré de Moraes – Radicais Livres e o Envelhecimento Cutâneo – Paraná – 2004 - [file:///F:/Downloads/Radicais Livres e o Envelhecimento Cutaneo.pdf](file:///F:/Downloads/Radicais%20Livres%20e%20o%20Envelhecimento%20Cutaneo.pdf). Acessado em : 13/03/2016

KEDE, Maria Paulina Villarejo & SABATOVICH, Oleg – Dermamntologia Estética/Editores Chefes – 2ª Edição revisada e ampliada – São Paulo – Editora Atheneu – 2009.

KUZNIER, Tatiane - O Significado Do Envelhecimento E Do Cuidado Para O Idoso Hospitalizado E As Possibilidades Do Cuidado De Si – Curitiba – 2007. <http://www.ppgenf.ufpr.br/Disserta%C3%A7%C3%A3oTatianeKuznier.PDF>. Acessado em 13/03/2016

LEONARDI, Gislaine Ricci – Cosmetologia Aplicada – 2ª Edição – Livraria e Editora Santa Isabel – 2008.

PERRICONE, Nicholas – O Fim das Rugas: Um método natural definitivo para evitar o envelhecimento da pele – Rio de Janeiro – Elsevier, 2001.

RIBEIRO, Claudio Jesus – Cosmetologia Aplicada e Dermoestética - 2ª Edição – São Paulo – Phamabooks Editora - 2010.

SILVEIRA, Graça – Que Pele! Tudo o que você precisa saber para ter a pele bonita, firme e saudável – 1ª Edição – Rio de Janeiro – Casa Da Palavra – 2014.

STEINER, Denise – Beleza Levada a sério – 4ª Edição – São Paulo – Rideel – 2012.

VANZIN, Sara Benthier & CAMARGO, Cristina Pires – Entendendo os Cosmecêuticos – Diagnósticos e Tratamentos - 2ª Edição – Rio de Janeiro – Livraria e Editora Revinter.

VIEIRA, Fabiano Nadson Magacho – Mecanismos Moleculares do Envelhecimento Cutâneo: Dos Cromossomos as Rugas – São Paulo – Artes Medicas – 2007