

Reprodução Unsplash



# Dia da Mulher: Cuidados com a beleza ajudam pacientes oncológicas a manter a autoestima em alta

**O tratamento do câncer pode gerar consequências diretamente à ideia de beleza, afetando também a saúde psicológica**

DA REDAÇÃO

**M**edo do futuro, incertezas, ansiedade, angústias, temor, revolta. Receber o diagnóstico de um câncer desperta todos esses sentimentos. Para as mulheres, mais uma preocupação se junta a esse misto de emoções: a autoestima. Quais serão os efeitos do tratamento da doença sobre o meu corpo, a minha aparência? Perguntas como essas invadem a mente e surgem muitas dúvidas sobre como cuidar da saúde sem deixar a vaidade de lado.

A boa notícia é que a nova realidade não é um impeditivo para que a beleza fique em segundo lugar. Muito pelo contrário, segundo Sheila de Oliveira Ferreira, oncologista da Oncoclínicas em São Paulo. "Na verdade, o autocuidado é muito importante nesta fase e existem diversas formas de cuidar da beleza. Porém, é fundamental que tudo seja feito com acompanhamento médico".

Ao iniciar os tratamentos contra o câncer -- quimioterapia, radioterapia, entre outros -- 80% das pacientes sofrem algum tipo de efeito adverso

relacionado à pele, cabelo e mucosas. De acordo com Fabiana Palma, dermatologista da Oncoclínicas na Bahia, ocorrem problemas como rash cutâneo, prurido, vermelhidão e aumento de infecções e sensibilidade a alérgenos e radiação UV. Para esse momento, a médica aconselha a utilização de dermocosméticos para peles sensíveis. "Eles contribuem para administrar os sintomas clínicos e melhorar a aderência ao tratamento do câncer".

## O QUE PODE? O QUE NÃO PODE?

A manutenção da autoestima, sensação de bem-estar, qualidade de vida e confiança em si mesma são fatores importantes para as pacientes em fase de tratamento do câncer, independentemente do tipo. Por isso, alguns procedimentos são indicados -- com restrições e recomendações -- e outros proibidos durante esse período por conta de seu caráter invasivo. "A pele fica mais sensível durante a quimioterapia ou radioterapia e alguns tratamentos estéticos podem causar mais danos e riscos à saúde, dependendo de como são executados e do momento em que são realizados, podendo comprometer e provocar atrasos no tratamento do câncer, gerando ainda mais angústia", ressalta Sheila.

## CABELOS E CORPO

Para cuidar dos cabelos, a tintura é permitida, desde que não sejam utilizados produtos contendo amônia, que podem ocasionar irritação na pele. A médica oncologista afirma que cosméticos à base de formol -- que normalmente são utilizados para fazer escovas progressivas -- são proibidos. "Ele pode causar consequências severas à saúde, como irritações, queimaduras, coceira, descamação, vermelhidão no couro cabeludo, lacrimejamento dos olhos, falta de ar e potencializar ainda mais a queda de cabelo. Além disso, a substância é considerada cancerígena", reforça a oncologista. Porém, a hidratação capilar e limpeza são mais do que bem-vindas. "São muito recomendadas, sendo importante serem feitas com produtos mais naturais", aconselha Sheila.

Fabiana complementa ainda que devem ser evitados cosméticos como ácidos, compostos com parabens e shampoos e químicas que contenham alisantes ou fatores de crescimento. "Todos esses aspectos contribuem para deixar a pele do couro cabeludo ainda mais sensível", atesta.

Para o corpo, a hidratação também deve seguir a mesma cartilha, com produtos voltados para peles sensíveis e atenção voltada para algumas partes específicas, como a planta dos pés, que costumam ficar mais ressecadas. "Além disso é importante adotar calçados confortáveis para agredir menos a pele dessa região", complementa a dermatologista.

## Loterias



Acumulou - Concurso 2460

16 17 18 28 35 47



Acumulou - Concurso 5795

07 13 17 59 79



Acumulou - Concurso 2342

04 05 25 37 41 48  
05 15 19 26 28 32



Acumulou - Concurso 1756

01 03 21 30 48 59 65



Acumulou - Concurso 2280

04 10 19 21 30 42 43  
45 47 49 55 59 60 62  
64 71 78 80 84 88



Dia Internacional da Mulher - 8 de Março

FELIZ ANIVERSÁRIO



DIA 8

CARLOS GABRIEL PARRA  
HUGO HIDEIO IKEGAMI  
LUCIANA GIBOTTI  
ODINIZ ANTONIO SANDRIN  
SELMA IZUKA