

Jornal Regional/  
Portal Regional  
muito mais  
digital

Comercial e Redação:  
(18) 99764-1912

Assinaturas:  
(18) 99180-8742

E-mails:

jornalismo@portalregional.net.br  
comercial@portalregional.net.br  
atosoficiais@portalregional.net.br

**Jornal Regional**  
DIGITAL

JOSÉ FERNANDO PEREIRA DOS SANTOS

CNPJ  
15.763.376/0001-25

Inscr. Est.  
292.119.846.111

Rua:  
Cristina Pompilio Schmidt, Nº 42

Bairro:  
Frei Moacir I

Representante em  
São Paulo: Revesp

Diretor: José Fernando Pereira  
dos Santos

Jornalista Responsável:  
Gilmir Pinatto  
(Mtb 24051)

## CUIDADOS COM A PELE

GABRIELA CABRAL/UOL ESCOLA

A pele é o órgão responsável pelo revestimento da parte externa de todo o organismo. É composta pela derme e epiderme. A derme é a camada externa da pele que sustenta a epiderme, é formada por colágeno, elastina, proteínas e água. A epiderme é a camada interna e mais profunda da pele, é formada por queratina, melanócitos e células imunitárias. A função da pele é proteger o organismo de invasões parasitas, proteger contra a radiação, impedir o excesso de evaporação da água, regular a temperatura do corpo, produzir vitamina D e detectar sinais como a temperatura e a dor.

Por estar em constante contato com o ambiente, a pele sofre alguns efeitos provocados pelo sol, poluição, vento e outros que



interferem no seu bom funcionamento. Tais processos maléficos alteram a sensibilidade da pele deixando-a vulnerável a irritações, queimaduras e ressecamento.

Hidratar a pele é dar a ela condições para se manter elástica e macia. A hidratação, que evita o ressecamento da pele, ocorre de forma natural quando

cedida

há passagem do suor pela derme e epiderme, já que esse é rico em água e sais minerais ou ainda, ocorre quando depositamos hidratantes na pele. Para proteger a pele contra queimaduras provocadas pelo sol é indispensável a utilização de filtro solar de no mínimo FPS15. A boa alimentação e a ingestão de, no mínimo, dois litros de líquidos por dia é uma ótima combinação natural para evitar problemas de irritação na pele bem como o bom funcionamento dessa por completo.

Por dia, a pele produz aproximadamente 1250 células para cada cm<sup>2</sup> do corpo, sendo que a duração dessas é de 311 horas.

08  
ter



↓ 17°  
↑ 32°

☁☁☁  
0%

Sol com algumas nuvens. Não chove.



Madrugada



Manhã



Tarde



Noite