

Pele Sensível & Pele Sensibilizada:

QUAL É A DIFERENÇA?

PELE SENSÍVEL

A pele sensível é uma **condição natural** e intrínseca, que faz parte da característica de uma pessoa.

Ela reage mais intensamente a fatores como produtos de higiene, mudanças climáticas e até alimentos. Não necessariamente por mecanismos alérgicos - mas é importante investiga-los.



PELE SENSIBILIZADA

Já a pele sensibilizada é uma ***condição temporária*** ou adquirida, causada por fatores externos ou internos, como uso de produtos inadequados, exposição ao sol, procedimentos ou até estresse!

DIFERENÇAS ESSENCIAIS

SENSÍVEL

SENSIBILIZADA

ORIGEM

Natural

Adquirida

DURAÇÃO

Permanente

Temporária

CAUSAS

Internas e
genéticas

Externas e
comportamentais

**INDEPENDENTE DE SER
SENSÍVEL OU SENSIBILIZADA,
AMBAS NECESSITAM DE
CUIDADOS ESPECÍFICOS...**

Utilize produtos com pH entre 5,5 e 6,0, evite ingredientes irritantes e aposte em hidratantes suaves como glicerina e ácido hialurônico ou ainda calmantes.

Alguns pacientes precisarão de formulações individualizadas.

A woman with long brown hair, wearing a white lab coat, is sitting at a desk. She is looking directly at the camera with a neutral expression. On the desk in front of her are a computer mouse, a pen, and some papers. The background is a plain, light-colored wall.

Para manter a pele saudável, prefira produtos **livres de conservantes agressivos e texturas leves que facilitem a aplicação**, sem a necessidade de esfregar ou massagear excessivamente!



COMO SABER SE SUA PELE É

**sensível ou
sensibilizada?**

A pele sensível reage de maneira diferente aos estímulos do dia a dia, causando sensações como ardência, coceira, formigamento ou vermelhidão, que podem impactar, e muito, a qualidade de vida...

Ela reage mais intensamente a fatores como produtos de higiene, mudanças climáticas e até alimentos.

Fatores que contribuem para a sensibilidade da pele:

- Cutâneos: Dermatoses, barreira epidérmica enfraquecida, sistema nervoso cutâneo e sensorial, inflamação neurogênica;

- Ambientais: Poluição, clima (calor, vento), exposição ao sol;

- Estilo de vida: Uso de cosméticos, dieta, álcool;

- Intrínsecos: Hormônios, fatores psicológicos, como o estresse.

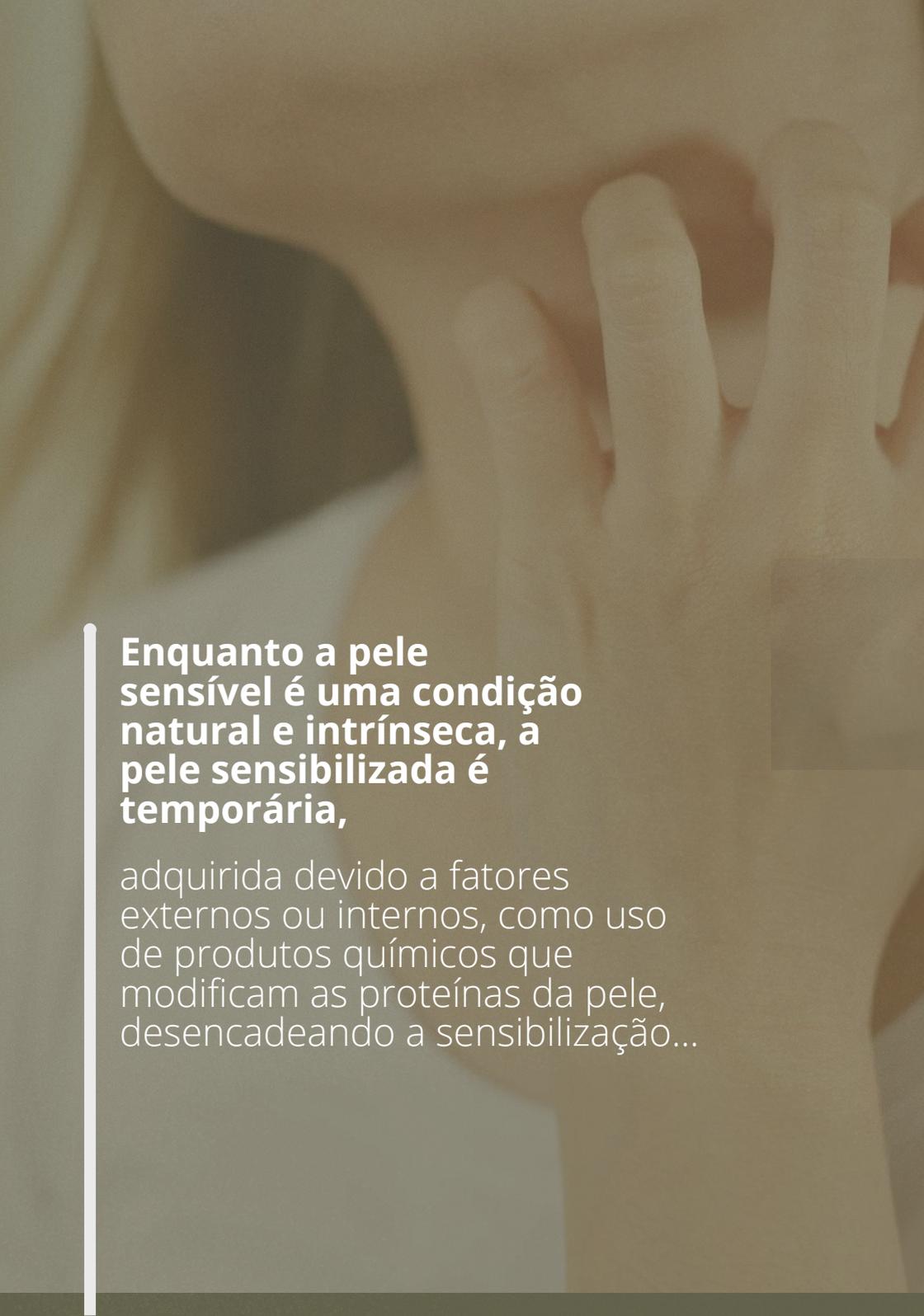
Como identificar a pele sensível?

Responda às perguntas abaixo:

1. Você considera sua pele sensível?
2. Sua pele é propensa a irritações?
3. Sua pele reage rapidamente a cosméticos ou produtos de higiene?
4. Você já teve reações adversas a algum cosmético?
5. Sua pele é sensível ao frio, calor ou mudanças de temperatura?

Se você respondeu "**sim**" a duas ou mais dessas perguntas, **pode estar lidando com uma pele sensível!**

Seja sua pele sensível ou sensibilizada, o cuidado extra é essencial!



Enquanto a pele sensível é uma condição natural e intrínseca, a pele sensibilizada é temporária,

adquirida devido a fatores externos ou internos, como uso de produtos químicos que modificam as proteínas da pele, desencadeando a sensibilização...

Seja sua pele sensível ou sensibilizada, o cuidado extra é essencial!

- Use produtos com pH entre 5,5 e 6,0, livres de ingredientes irritantes;

- Prefira hidratantes como glicerina, ácido hialurônico, ceramidas e óleos vegetais;

- E claro, consulte um dermatologista para orientações personalizadas ao seu caso!

A close-up photograph of a person's skin, showing significant redness and irritation. A hand is visible on the left side, with fingers scratching the affected area. The skin appears dry and itchy. The person is wearing a light-colored, ribbed garment at the bottom of the frame.

CUIDADOS PARA PELES

sensíveis e sensibilizadas

•

1. Use produtos específicos para pele sensível!

Opte por fórmulas suaves e hipoalergênicas, livres de ingredientes agressivos que podem irritar a sua pele.

Procure por selos como "testado em peles sensíveis" para mais segurança!



2. Evite produtos com fragrâncias e corantes!

Esses ingredientes podem desencadear reações, como coceira, vermelhidão e descamação...

Priorize produtos sem esses componentes e experimente a sensação de uma pele mais calma e uniforme!

3. Limpe a pele com cuidado!

Esfregar a pele com sabonetes agressivos pode remover os óleos naturais que a protegem, causando irritações...

Aposte em sabonetes suaves ou ainda syndets e água morna para uma limpeza delicada e eficaz!

4. Hidrate a pele!

Use um hidratante para pele sensível, com textura leve e livre de substâncias comedogênicas, que obstruem os poros.

Aplique-o diariamente, após a limpeza, para promover a hidratação adequada da sua pele! Organize a rotina com os ativos para serem aplicados logo após o hidratante!

A close-up photograph of a person's skin, showing their hand and forearm. The skin is light-toned and appears smooth. The background is a soft, out-of-focus light color. The overall tone is warm and natural.

-

5. Use protetor solar!

Para se proteger, utilize um protetor solar com FPS 30 ou mais, específico para pele sensível. Uma boa opção são os Minerais.

Escolha um produto com textura leve e livre de ingredientes irritantes para promover a sua segurança e conforto!

6. Consulte um dermatologista!

Se você tem dúvidas sobre como cuidar da sua pele sensível ou se os sintomas forem muito intensos, não hesite em consultar um dermatologista!

Podemos avaliar a sua pele, identificar as causas da sensibilidade e indicar o tratamento e a rotina mais adequados para você!