

Dossier de especialistas especial ESTRIAS

As estrias são lesões da pele que resultam da **ruptura das fibras elásticas** e da **desorganização das fibras de colagénio** produzidas pelos fibroblastos na derme. Quando surgem, apresentam um ligeiro relevo e possuem uma cor violácea que significa um estado inflamatório; posteriormente adquirem um aspecto branco nacarado e apresentam um aspecto atrófico.

► Como se formam as estrias ?

As estrias localizam-se principalmente no ventre, seios, ancas, coxas e nádegas e resultam de uma distensão abrupta de pele e/ou de alterações hormonais :

Distensão abrupta da pele: observa-se quando existe uma variação rápida de peso, durante a gravidez ou na puberdade onde o crescimento é intenso. Os fibroblastos não têm tempo de produzir a elastina suficiente para fazer face a estas tensões significativas. A rede de fibras elásticas não resiste e rompe-se em determinados locais.

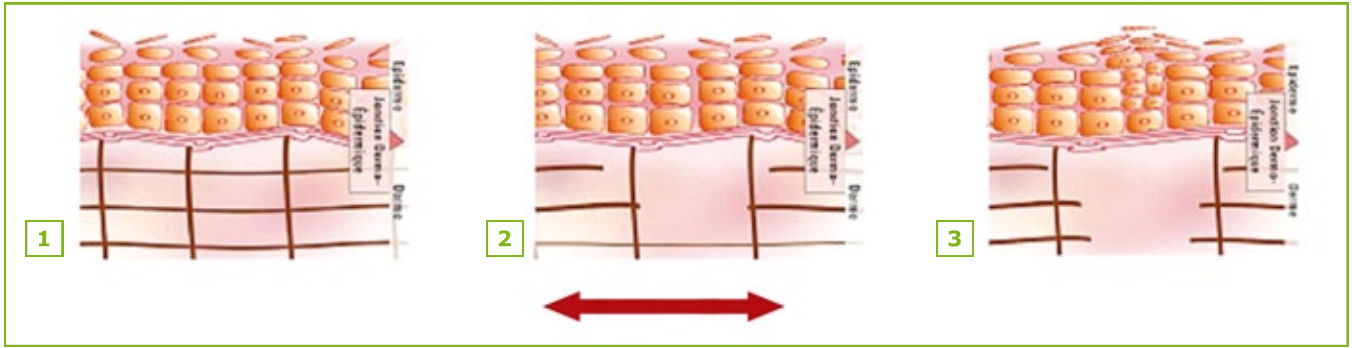
Alterações hormonais: a produção das fibras dérmicas depende de uma hormona : o cortisol. Um excesso de cortisol inibe a produção de colagénio e de elastina pelos fibroblastos. Durante a gravidez, na puberdade ou com as variações hormonais verifica-se uma sobreprodução de cortisol que provoca uma fragilização da rede fibrosa que resiste pior às solicitações.

As estrias surgem progressivamente. Assemelham-se a cicatrizes que aparecem **nas ancas, no ventre, seios, coxas e nádegas.**

Podem ter como origem :

- A gravidez → as estrias formam-se no sentido da distensão do abdómen e atingem cerca de 50 a 70% das mulheres grávidas primíparas.
- A puberdade → as estrias atingem cerca de 50% da população jovem.
- Oscilações significativas de peso → as estrias surgem mais frequentemente nas ancas e coxas.
- Menopausa ou alterações hormonais.

▶ A FORMAÇÃO DA ESTRIA

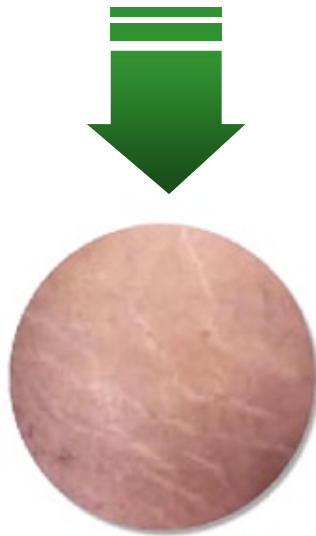


1 Pele normal com a sua rede densa de fibras de colágeno dérmico.

2 As variações hormonais provocam :

- **diminuição da produção de colágeno e de elastina,**
- **desorganização** da rede de colágeno,
- **ruptura** das fibras elásticas,
- **deficiente cicatrização.**

3 Por fim, os espaços formados em virtude dos estiramentos são preenchidos por novas células epiteliais desorganizadas que conferem à estria o seu aspecto cicatricial.



Inicialmente, as estrias formam lesões lineares atróficas rosa-violáceas e possuem um aspecto liso. Esta cor rosada inicial está associada a um fenómeno inflamatório. Neste estágio, a estria pode ser tratada através da aplicação de produtos cosméticos que favorecem a sua cicatrização. **Nunca regridem espontaneamente.**

Conforme as mulheres, se não forem tratadas, após 12 a 24 meses, as estrias tornam-se brancas. Neste estágio, são definitivas.



► Como lutar contra as estrias ?

PREVENIR

Nutrindo intensamente a pele e protegendo as fibras elásticas de forma a que estas resistam melhor às distensões, sem ruptura.

Quem deve fazer prevenção ?

Todas as mulheres durante os períodos considerados « de risco » (puberdade, alterações hormonais, oscilações de peso, etc.).

Nas mulheres grávidas, a partir do 4º mês de gravidez.



CORRIGIR



Reparando o tecido dérmico, melhorando a superfície cutânea e atenuando o aspecto visível das estrias antes que se tornem definitivas.

Quem deve fazer a correcção ?

As jovens mães, os adolescentes durante a puberdade, todas as mulheres que sofrem variações bruscas de peso ou alterações hormonais.