

INFLUÊNCIA DOS CUIDADOS COM A PELE NO CONTROLE DA ACNE EM ADOLESCENTES

Livia Maria Cardoso Macedo¹

Lindomar Campos Rodrigues²

Suiani Priscila Roewer³

Rejane Martins Vieira⁴

Letícia Pinho Gomes⁵

RESUMO: A acne é uma dermatose decorrente de uma inflamação que ocorre na unidade polissebácea da pele. É comumente desenvolvida no período da adolescência e, apesar de não comprometer gravemente a saúde do indivíduo, pode prejudicá-lo no aspecto psicológico. Considerando que alguns cuidados com a pele podem contribuir para a melhora ou redução dos aspectos indesejáveis e das complicações desta dermatose, este trabalho objetiva avaliar o conhecimento e o comportamento de adolescentes frente à acne. Foi aplicado um instrumento de coleta de dados referente aos cuidados com a pele, ingestão hídrica e práticas alimentares para 115 adolescentes de ambos os gêneros, estudantes do ensino médio de duas escolas do município de Barra do Garças-MT, sendo uma de rede pública e outra de rede privada. Os resultados mostraram que na escola pública a maioria realiza cuidados com a pele e na privada a maior parte afirma tal prática, porém, os resultados obtidos por aqueles que tem o hábito de cuidar é melhor na rede particular de ensino. Em ambas as instituições a maioria dos adolescentes afirmaram ser portadores de acne em quantidade moderada, possuir alimentação hipercalórica e boa ingestão hídrica. Com este trabalho foi possível perceber que a acne é um problema comum na adolescência, independente do perfil socioeconômico, mas que os cuidados realizados com a pele para controle desta dermatose é de grande importância para a melhora do aspecto da acne, principalmente na rede privada, onde os alunos possuem melhores rotinas de cuidado.

Palavras-chave: Dermatose. Adolescência. Espinha.

ABSTRACT: Acne is a dermatosis resulting from an inflammation that occurs in the polysaccharous unit of the skin. It is commonly developed during adolescence and, although it does not severely compromise the health of the individual, can harm the psychological aspect. Considering that some skin care may contribute to the improvement or reduction of undesirable aspects and complications of this acne, this study aims to evaluate the knowledge and behavior of adolescents with acne. A data collection instrument was applied regarding skin care, water intake and eating practices for 115 adolescents of both sexes, high school students from two schools in Barra do Garças-MT,

¹ Centro Universitário do Vale do Araguaia (UNIVAR). Tecnóloga em Estética e Cosmética pelo UNIVAR. Barra do Garças/MT, Brasil. E-mail: liviaria1906@hotmail.com.

² Centro Universitário do Vale do Araguaia. Especialista em Ciências Físicas pela Universidade Federal de Mato Grosso (UFMT), em Gestão Pública pela Faculdade Afirmativa, em Docência no Ensino Superior pelo UNIVAR. Licenciado em Matemática pela UFMT. Barra do Garças/MT, Brasil. E-mail: auditoriafiscal@hotmail.com.

³ Centro Universitário do Vale do Araguaia. Especialista em Análises Clínicas com Ênfase em Microbiologia e em Docência no Ensino Superior pelo UNIVAR. Bacharela em Farmácia pelo UNIVAR. Barra do Garças/MT, Brasil. E-mail: suiani_priscila@hotmail.com.

⁴ Centro Universitário do Vale do Araguaia. Especialista em Enfermagem do Trabalho pelo Institucional MT de Pós-Graduação (IMP), MBA em Estética e Negócio pela Faculdade Cambury (CAMBURY), em Docência no Ensino Superior pelo UNIVAR. Bacharela em Enfermagem pelo UNIVAR. Barra do Garças/MT, Brasil. E-mail: rejane.martinsv@gmail.com.

⁵ Centro Universitário do Vale do Araguaia. Mestra em Imunologia e Parasitologia Básicas e Aplicadas pela UFMT. Especialista em Estética Capilar, Facial e Corporal com Habilitação Clínica e Docência pela Faculdade de Tecnologia e Educação de Goiás (FATEG), em Docência no Ensino Superior pelo UNIVAR. Bacharela em Enfermagem pela UFMT. Barra do Garças/MT, Brasil. E-mail: leticiaapgmt@hotmail.com.

one from public schools and another from a private network. The results showed that in the public school the minority performs skin care and in the private school most affirm this practice, however, the results obtained by those who have the habit of caring are better in the private school system. In both institutions, most adolescents reported having moderate acne, high calorie diets and good water intake. With this work it was possible to realize that acne is a common problem in adolescence, regardless of socioeconomic profile, but that skin care to control this acne is of great importance for improving the appearance of acne, especially in the private network, where students have better care routines.

Keywords: Acne. Adolescence. Behavior.

1 INTRODUÇÃO

A acne é uma dermatose decorrente de uma inflamação que ocorre na unidade polissebácea, e sua etiopatogenia está relacionada com quatro fatores, sendo eles: aumento na produção de sebo; maior hiperqueratinização folicular; colonização bacteriana do folículo sebáceo; liberação de mediadores da inflamação na pele (MOREIRA *et al.*, 2018). O acometimento por esta patologia pode manifestar-se em diversas regiões do corpo em que existe a presença da glândula sebácea em maior quantidade e tamanho, como face (área corporal mais evidente e de maior impacto social), costas, ombros e peito (CORTES, 2013).

A gravidade desta dermatose é classificada conforme seus estados, os quais subdividem-se em: grau I, caracterizado por comedões abertos ou fechados, com início de processo inflamatório; grau II, que possui a presença de pápula-pústulas e inflamação; grau III, presença de inflamação, grandes e pequenos nódulos,

cistos, pústulas e pápulas, apresentando intensa reação inflamatória; grau IV, dermatose inflamatória com todas as lesões citadas anteriormente, e que apresenta cicatrizes profundas e severa reação inflamatória; grau V, acne inflamadas/fulminantes (GOBBO, 2010).

As causas que contribuem para o aparecimento da acne incluem sudorese excessiva, fatores genéticos, estresse, trauma mecânico, entre outros, podendo manifestar-se em diversas pessoas, independentemente da idade, porém, a maior prevalência encontra-se em adolescentes e adultos jovens, com manifestações de formas mais graves no gênero masculino (COSTA, 2018). Em uma pesquisa realizada pela Academia Americana de Dermatologia, VINHAL *et al.* (2014) apontou que o diagnóstico de maior número em consultórios de dermatologia é a acne, e que o quadro desta patologia acomete de 80 a 85% dos jovens americanos com faixa etária de 12 a 25

anos, já em adultos jovens de 25 a 34 anos, o quadro chegou a 8%, e em indivíduos com idade entre 35 a 44, apenas 3%.

O desenvolvimento da acne é comumente encontrado no período da adolescência e, apesar de não comprometer gravemente a saúde do indivíduo, pode prejudicá-lo em demais aspectos, no que diz respeito ao psicológico, podendo levá-lo à diminuição da autoestima e até mesmo a mudanças comportamentais (SILVA; OLIVEIRA, 2017).

De acordo com Fontana; Santos; Piazza (2011), no período da adolescência as alterações hormonais se tornam mais comuns levando a inúmeras transformações que provocam mudanças comportamentais na vida destes jovens, favorecendo o surgimento da acne, o que faz com que o caso se agrave a ponto de comprometer seu estado psicológico, gerando maior interferência na sua qualidade de vida. Isto acontece porque causa uma perturbação para os adolescentes, pois naturalmente eles são preocupados com a aceitação de um grupo, de um membro do gênero oposto, com a aparência física e/ou com a autoimagem, fato que reflete na interação social.

Entre os cuidados que podem contribuir para melhoria dos aspectos da pele a ingestão alimentar tem alta relevância na prevenção e no tratamento da acne, já que alimentos ricos em gorduras, lactose,

alimentos com alto índice glicêmico e industrializados podem desencadear processos inflamatórios (KAMIZATO; BRITO, 2014).

Além disso uma rotina de cuidados com a pele pode contribuir no tratamento e controle da acne, como a limpeza e esfoliação frequente das áreas afetadas. No entanto, deve-se tomar cuidado com a forma de realização, o número de execuções da técnica e o tipo de produto utilizado, pois se repetidas várias vezes em períodos muito curtos, dependendo do procedimento e do que é utilizado, pode-se não obter o efeito desejado, da mesma forma que o uso de produtos inadequados ou em momentos inoportunos podem causar irritação da pele (MONTAGNER; COSTA, 2010).

Os cuidados realizados durante os “tratamentos” de acne tem como objetivo evitar lesões como manchas, que podem evoluir para cicatrizes e ocasionar marcas. Os cuidados adequados no período da fase inicial do quadro acneico podem evitar tais complicações. No entanto, nem todas as pessoas acometidas por acne possuem acesso e/ou tem condições econômicas de realizar um tratamento para acne com um profissional específico, e grande parte da população não tem conhecimento acerca dos cuidados básicos diários que podem contribuir para o controle deste problema (SILVA; OLIVEIRA, 2017).

Diante do exposto e considerando que a acne tem grande influência na autoimagem dos adolescentes, podendo gerar ansiedade, depressão e outros problemas de ordem psíquica, nota-se a importância de avaliar o conhecimento e o comportamento deste público frente a essa dermatose.

Sendo assim, este trabalho objetiva averiguar entre os adolescentes as

2 METODOLOGIA

Para a realização do presente trabalho foi executada uma pesquisa analítica observacional de corte transversal, de caráter exploratório-descritivo, através da aplicação de questionário com o número total de 15 perguntas, tanto abertas quanto fechadas, obtendo dados qualitativos e quantitativos, por meio dos quais avaliou-se características da pele, presença de acne, hábitos de vida, o conhecimento e os cuidados diários com a pele.

O questionário foi aplicado nos meses de maio/junho de 2019 para 115 adolescentes dos gêneros masculino e feminino, estudantes do ensino médio de duas escolas do município de Barra do Garças-MT, sendo uma de rede pública e outra de rede privada. Para a realização do

características da pele e presença de acne, o conhecimento sobre cuidados com a pele acneica, e em casos afirmativos, analisar quais são eles e se são desenvolvidos de forma correta, e ainda verificar se os jovens de diferentes níveis socioeconômicos que realizam cuidado com a pele apresentam benefícios em relação ao aspecto da acne.

questionário, teve-se o consentimento da coordenação das escolas mediante assinatura dos Ofícios N°28 e N°41. Devido envolver indivíduos menores de idade foi apanhado a assinatura do responsável pelo aluno através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Após o final da coleta, os resultados obtidos com o questionário foram analisados e tabulados para realização dos resultados e discussão do trabalho.

O grupo de participantes da pesquisa foi composto por adolescentes com idade entre 15 a 18 anos. Da escola de rede pública participaram 56 adolescentes, enquanto da rede privada, houveram 59 participantes.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Mediante resultados obtidos na escola de rede pública foi possível notar que dos 56 adolescentes entrevistados, 58,92% são do gênero masculino e 37,5% gênero feminino e 3,5% não se manifestou. Já na escola de rede privada notou-se que dos 59 adolescentes 62,71% são do gênero feminino, 35,5% do gênero masculino e 1,69% não se identificaram.

Como explícito na **Tabela 1**, a prevalência de acne em adolescentes de escola pública é maior quando comparada aos estudantes do ensino privado, 94,6% afirmou que possui esta dermatose, destes, 45,2% classificam sua quantidade como moderada, 37,7% como pouca e 16,9% como muito e somente 5,3% não possuem acne. Enquanto na escola privada 89,8% afirmaram possuir, e destes 49,05% classificaram como moderada, 45,28% como pouca e 5,66% como muito.

Segundo Pimentel (2011) esta dermatose atinge variadas pessoas da faixa etária de 11 aos 23 anos de idade, já que é no período de manifestação da puberdade que ocorre a produção de hormônios sexuais, que também contribuem para o desenvolvimento da acne.

No que tange aos cuidados com a pele (**Tabela 1**), 41,1% dos entrevistados da escola pública afirmaram realizá-los, as práticas de cuidado apontados pelos

estudantes incluem higienização, esfoliação, hidratação e/ou limpeza de pele, 58,92% não tem o hábito de realizá-los de nenhuma forma, e entre os que efetivam o cuidado 69,56% obtiveram melhora da pele no aspecto da acne. Já na rede privada 57,6% realizam cuidado com a pele através de higienização, esfoliação, tonificação, hidratação, loção adstringente, medicamentos e/ou recursos estéticos, e destes 94,11% informaram que obtiveram melhora da pele.

Tabela 1 – Presença de acne e cuidados com a pele acneica entre adolescentes

Escola	Pública		Privada	
	N	%	N	%
Possui acne				
SIM	53	94,6	53	89,8
NÃO	3	5,3	06	10,2
Classificação da acne				
Pouco	20	37,7	24	45,3
Moderado	24	45,2	26	49,1
Muito	9	16,9	3	5,6
Realiza cuidados com a pele				
SIM	23	41,1	34	57,6
NÃO	33	58,9	25	42,4
Obteve melhora com os cuidados da pele				
SIM	16	69,5	32	94,1
NÃO	7	30,4	02	5,9

Fonte: Macedo e Gomes (2019)

Observa-se que na escola privada a melhora da pele em relação à acne é positiva do que na escola pública, fato que pode estar

relacionado ao desenvolvimento de cuidados mais adequados, já que os apontamentos destes foram mais ricos de informações e de procedimentos específicos para o tratamento da acne quando comparados aos demais.

Em um estudo realizado por Abreu *et al.* (2013) foi demonstrado que 85% dos alunos entrevistados não realizam cuidado com a pele quando está em estado acneico, e que os alunos participantes não possuem conhecimento quanto aos cuidados necessários com acne.

Quanto à característica da pele 75% dos alunos de instituição pública relataram ter pele oleosa, e quanto a maneira correta de cuidar da pele em estado acneico, 83,92% relatam não terem tais conhecimentos. Resultado similar foi obtido entre os adolescentes da escola privada, onde 74,57% salientou dispor de pele oleosa, no entanto, no que se refere ao conhecimento sobre o cuidado com a pele acneica estes alunos mostraram melhor resultado, somente 38,98% citaram não conhecer os cuidados corretos da pele com acne.

Apesar deste resultado mostrar que a maioria dos adolescentes da rede pública afirmam não possuir conhecimento acerca das formas corretas de cuidado da pele acneica, na **Tabela 1** foi demonstrado que grande parte dos alunos que possuem acne realizam cuidados com a pele. Isso reflete

no resultado referente à obtenção de melhora do estado acneico com os cuidados da pele, que foi bem menor do que na rede privada. Quando o cuidado é realizado de forma inadequada, ou com produtos impróprios para determinadas afecções da pele, a melhora pode não ser atingida, assim como o quadro pode ser agravado.

No trabalho de Abreu *et al.* (2013), cerca de metade dos alunos das escolas pública e privada afirmaram ter conhecimento das medidas de prevenção que precisam ser realizadas para melhorar e garantir o controle do aspecto da acne.

Oliveira; Lubi (2018) mostram em seu trabalho que a ausência de informação correta também atrapalha o acesso a terapias complementares, que auxiliam em tal disfunção.

Já o trabalho desenvolvido por Silva; Paes (2017) demonstrou que os adolescentes estão desprovidos de informações e de orientações quanto aos cuidados com a pele acneica, sendo necessária uma intervenção na qual possa auxiliá-los nesse quesito.

De acordo com Araújo *et al.* (2017) os tratamentos escolhidos devem estar de acordo com a gravidade da acne, e tais cuidados vão desde higienização, cosméticos, alimentação, medicamentos, entre outros. Os tratamentos realizados por tecnólogos em estética para a pele acneica, vão desde a higienização até tratamentos

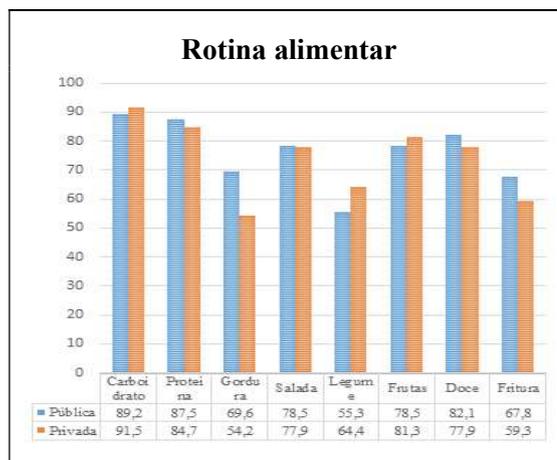
eletroterápicos, associados com produtos cosméticos, visando a melhora de tal patologia.

Gerson *et al.* (2011), alegam o quanto o procedimento de limpeza de pele, realizado em cabine, está entre os principais tratamentos para auxiliar no combate da acne, já que auxilia na remoção de sujidades da pele, contribui com a renovação celular e ajuda a regular a secreção de sebo.

Segundo Gobbo (2010), existem alguns procedimentos simples, que se tornam indispensáveis em uma limpeza de pele, como higienização, esfoliação, tonificação, emoliência, extração, alta frequência (processo eletroterápico) e loção calmante, devendo respeitar a necessidade de cada pele. Quando realizados de maneira correta podem proporcionar uma melhor aparência e melhor aspecto no quadro desta patologia.

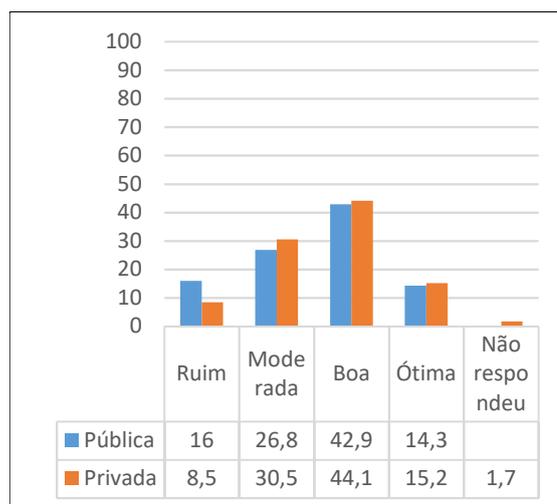
Quanto aos hábitos alimentares observou-se que a maioria dos entrevistados de ambas as instituições de ensino, apesar de ter o hábito de ingerir frutas, verduras e legumes, também possuem alimentação hipercalórica com alto consumo de doces, frituras e gorduras (**Figura 1**). Além disso, a maior parte relata apresentar boa ingestão hídrica, como demonstrado na **Figura 2**.

Figura 1 – Alimentos que fazem parte da rotina diária dos adolescentes



Fonte: Macedo e Gomes (2019)

Figura 2 – Caracterização da ingestão hídrica pelos adolescentes



Fonte: Macedo e Gomes (2019)

Segundo Pujol (2020), a acne tende-se a desenvolver em pessoas que consomem alimentos com alto teor de glicose, típico da sociedade moderna e industrializada, já havendo indícios quanto a influência dos alimentos e nutrientes na causa e no tratamento da acne.

Paralelamente, Silva; Paes (2017), mostra em sua pesquisa que o perfil

nutricional e alimentar em pessoas acometidas por acne inclui um consumo alimentar com alto índice glicêmico, maior do que em pessoas que não desenvolveram acne, e que o auxílio nutricional também pode ajudar no aspecto da acne.

Roschel *et al.* (2018) descrevem que a ingestão de gorduras, podem piorar o quadro de acne ou até mesmo causar o surgimento de lesões acneicas e que o estilo de vida, incluindo a dieta, podem estar diretamente associadas com a acne.

De acordo com os resultados obtidos, observa-se que na escola pública, a maior prevalência de acne encontra-se no gênero masculino, totalizando 55,3%, enquanto na escola particular, foi no gênero feminino, com o total de 57,6%.

Ribeiro (2010) relata que a acne atinge cerca de 95% dos jovens, no gênero

feminino, seu maior desenvolvimento ocorre entre os 14 e 17 anos e no gênero masculino dos 16 aos 19 anos, sendo os adolescentes entrevistados dos 15 aos 18 anos, o que comprova tal afirmação. O autor destaca que o estado acneico geralmente desaparece com o decorrer do tempo, no entanto, também pode se prolongar durante a vida adulta.

Mediante isso, nota-se o quanto os cuidados diários são importantes, Gobbo (2010) descreve o quanto é necessário informar sobre a acne, esclarecendo sobre sua fisiopatologia, sequelas, risco e o quanto esta dermatose exige cuidados frequentes, como o uso do filtro solar e a higienização sendo uma das formas de evitar o aparecimento da acne.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com este trabalho foi possível perceber que a acne é um problema comum na adolescência, independente do perfil socioeconômico, mas que os cuidados realizados com a pele para controle desta dermatose é de grande importância para a melhora do aspecto da acne, principalmente

na rede privada, onde os alunos possuem melhores rotinas de cuidado. Além disso, ficou notório que a rotina alimentar hipercalórica e rica em gorduras exerce grande influência no desenvolvimento de acne em adolescentes.

5 REFERÊNCIAS

- ABREU, E. C. M.; MARTINS, B. T. A.; UCHÔA, A. K. A.; FALCÃO, C. S. V.; BEZERRAS, L. M. M. Conhecimento de alunos da rede pública do município de Canindé/CE sobre o tratamento de acne vulgar. **Revista de Fisioterapia e Saúde Funcional**, Fortaleza, v. 2, n. 1, p. 28-34, jan./jun. 2013.
- ARAÚJO, L. M. S.; ZAFINO, C. M. B.; DAMASCENO, K. S.; LEITÃO, C. S. S. Tratamentos Estéticos Realizados Pelos Tecnólogos em Estética em Adolescentes Com Acne. **Revista de Produção Acadêmico-Científica**, Manaus, v. 4, n. 1, p. 22-28, 2017.
- COSTA, I. V. **Acne vulgaris no adulto**. 2018. 37 f. Dissertação (Mestrado Integrado em Medicina) – Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar, Universidade do Porto, Porto, 2018.
- CORTES, M. G. B. **Acne e dieta**. 2012. 36 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Medicina) – Faculdade de Medicina da Bahia, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2013.
- GOBBO, P. D. **Estética facial essencial: orientação para o profissional de estética**. São Paulo: Atheneu, 2010. 236 p.
- FONTANA, M. E.; SANTOS, R. G.; PIAZZA, F. C. P. **A influência da acne vulgar na autoestima**. 2010. 13 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Tecnologia em Cosmetologia e Estética) – Universidade do Vale do Itajaí, Balneário Camboriu, 2011.
- GERSON, J. *et al.* **Fundamentos de Estética 3: ciências da pele**. 10. ed. São Paulo: Cengage Learning, 2011. 156 p.
- KAMIZATO, K. K.; BRITO, S. G. **Técnicas estéticas faciais**. São Paulo: Saraiva, 2014. 136 p.
- MONTAGNER, S.; COSTA, A. Diretrizes modernas no tratamento da acne vulgar: da abordagem inicial à manutenção dos benefícios clínicos. **Surgical And Cosmetic Dermatology**. São Paulo, v. 2, p. 205-213, 2010.
- MOREIRA, F. S.; MELO, M. M. A.; NERES, I. A.; AZEVEDO, M. L. G.; PESSOA, C. V. Uso de esfoliantes químicos no tratamento da acne. **Mostra Científica da Farmácia**, Quixadá, v. 5, n. 1, 2018.
- PUJOL, A. P. **Nutrição aplicada à estética**. 2. ed. Rubio, 2020. 568 p.
- ROSCHER, G. G.; SILVA, A. H. W.; KUTZ, N. A.; MIOTTO, T.; SILVA, N. M.; SALGUEIRO, M. M. H. A. O. Acne e consumo alimentar: análise de fatores associados em uma clínica particular. **Life Style Journal**. São Paulo, v. 5, n. 1, p. 11-24, jan./jun., 2018.
- OLIVEIRA, K.; LUBI, N. 2017. **A importância do tecnólogo em estética na orientação da pele do adolescente**. Trabalho de Conclusão de Curso (Tecnologia em Estética e Imagem Pessoal) – Universidade Tuiuti do Paraná, Curitiba, 2018.
- PIMENTEL, A. S. **Peeling, máscara e acne: seus tipos e passo a passo do tratamento estético**. São Paulo: Médica Paulista, 2011. 336 p.
- RIBEIRO, C. J. **Cosmetologia Aplicada a Dermoestética**. 2. ed. São Paulo: Pharmabooks, 2010.



REI

ISSN 1984-431X

**Revista Eletrônica Interdisciplinar
Barra do Garças-MT, Brasil**

Ano: 2020 Volume: 12 Número: 2

SILVA, V. R. S.; OLIVEIRA, P. S. 2017. 12 f. **Acne na adolescência e a intervenção estética**. Trabalho de Conclusão de Curso (Tecnologia em Estética e Imagem Pessoal) – Universidade Tuiuti do Paraná, Curitiba, 2018.

SILVA, M. A. M.; PAES, S. N. D. Estudo da relação entre a alimentação e a acne vulgar. **Cadernos UniFOA**, Volta Redonda, n. 35, p. 123-133, dez. 2017.

VINHAL, D. C.; ROBERTH, A. O.; ORTENCE, V. O. P.; DINIZ, D. G. A. Terapia retinóide na acne vulgar. **Revista Eletrônica de Farmácia**. v. 11, n. 3, p. 80-101, 2014.