



**II CONGRESSO NACIONAL DE SAÚDE DA MULHER**

**FATORES QUE LEVAM AO ENVELHECIMENTO CUTÂNEO E COMO PREVENIR O FOTOENVELHECIMENTO: REVISÃO NARRATIVA**

**Fabiana Hoff Feijó**

Pós-graduada em Estética e Cosmetologia pelo Instituto de Ensino Superior Blauro Cardoso de Mattos, Manaus, AM.

**Tatiana Hoff Feijó**

Pós-graduada em Estética e Cosmetologia pelo Instituto de Ensino Superior Blauro Cardoso de Mattos, Manaus, AM.

**Deynner Castro da Costa**

Pós-Graduado em Fisioterapia Neurofuncional pelo Instituto de Ensino Superior Blauro Cardoso de Mattos, Manaus, AM.

**INTRODUÇÃO:** A radiação ultravioleta (UV) é a principal causa do fotoenvelhecimento, levando ao surgimento de rugas, manchas, ressecamento, uma textura áspera e maior probabilidade de desenvolvimento de câncer. Os cuidados diários com a pele são fundamentais para que não ocorra esse envelhecimento cutâneo precoce. Os profissionais de estética e cosmetologia são fundamentais para as realizações dos procedimentos que visam o bem-estar, beleza, equilíbrio físico e emocional. **OBJETIVO OU OBJETIVOS:** analisar os fatores que levam ao envelhecimento cutâneo e como prevenir o fotoenvelhecimento. **METODOLOGIA OU MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão narrativa de caráter descritivo realizada por meio de publicações científicas no *Scientific Eletronic Library Online (SciELO)*, Biblioteca Virtual em Saúde (Bireme), *Publisher Medline (PubMed)*, Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Literatura latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). A revisão foi elaborada entre o período de Janeiroa Outubro de 2024. A pesquisa foi realizada mediante a utilização do cruzamento dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): ‘’Pele’’, ‘’Prevenção’’ e ‘’Estética’’. Utilizando o operador booleano‘’*AND*”. Os critérios de inclusão foram: artigos disponíveis na íntegra apresentando relação com a temática, bem como publicações em português e inglês dos últimos 10 anos. Como critérios de exclusão foram definidos: artigos duplicados, as publicações não decorrentes de pesquisa científica como editoriais, relato de experiências ou artigos sem relação com o tema. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** No final da procura, resultou-se na seleção de 32 artigos, porém apenas 10 entraram neste estudo específicos ao tema para os resultados após o uso dos critérios. É preciso prevenir e promover a saúde por meio de maiores conhecimentos sobre os fatores do envelhecimento cutâneo. Os principais fatores ambientais são o excesso de exposição solar, os hábitos alimentares inadequados, o sedentarismo, excesso de álcool, tabagismo, a obesidade e estresse psicoemocional. **CONCLUSÃO OU CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Concluiu-se que a exposição solar, a poluição, o estresse, a privação do sono, o tabagismo, o sedentarismo, o excesso de álcool e pouca hidratação são os fatores que mais acarretam a um envelhecimento cutâneo precoce. Implantar iniciativas para a ampliação do conhecimento e mudança de hábitos para a população é necessário. A prevenção do fotoenvelhecimento é primordial e pode ser com a utilização diária de protetor solar, alimentação equilibrada, controle do estresse, atividade física regular, não fumar e nem consumir álcool. Desse modo, o envelhecimento cutâneo é retardado e o indivíduo tem uma melhor qualidade de vida.

**PALAVRAS-CHAVE: Pele; Prevenção; Estética.**

**REFERÊNCIAS**

CASTRO, E. D. S. Envelhecimento facial: efeito da radiofrequência nas linhas e rugas de expressões. **Revista** **Saber Científico**, Porto Velho, v. 6, n. 2, p. 1-8, 2017.

ISSA, M. C. A.; FASSINI, A.; BOECHAT, M.; FEROLLA, A. C. J. Terapia fotodinâmica no fotoenvelhecimento: revisão da literatura. **Surgical & Cosmetic Dermatology**, v. 8, n. 4, p. 1-8, 2016.

MACEDO, A. C. A.; TENÓRIO, C. A. Tratamento de rugas: uma revisão bibliográfica sobre carboxiterapia, radiofrequência e microcorrente. **Visão Universitária**, v. 2, n. 1, p. 59-78, 2015.

SANTOS, D. C.; MACHADO, G. R.; BIANCHETTI, P. Avaliação dos efeitos da radiofrequência e eletrolifting em rítides frontais de mulheres adultas com fotoenvelhecimento. **Revista Brasileira de Estética – Universidade de Santa Cruz do Sul- RS**, v. 1, n. 1, p. 1-28, 2016.