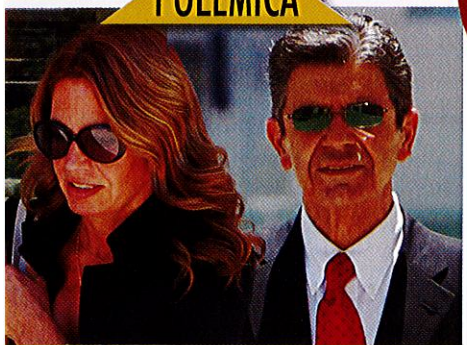


FLA

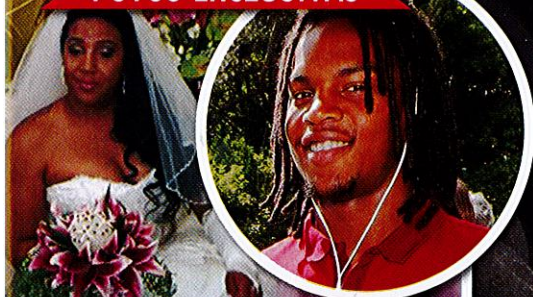
RECEITAS *Filipa*
GASTO
GRÁTIS
ESTA SEMANA N.º 6

POLEMICA



BÁRBARA ABRE VIDA ÍNTIMA EM TRIBUNAL
CARRILHO COLECIONAVA RECORTES SOBRE VIDA DELA
"CHAMAVA-ME DEPRAVADA"

FOTOS EXCLUSIVAS



RENATO SANCHES
O CASAMENTO DE SONHO QUE ELE OFERECIU À MÃE



ZECA E LILIANA CADA VEZ MAIS AFASTADOS
ELA ASSUME GRAVIDEZ E SURGE NA NOITE ENQUANTO ELE FAZ VIDA NO ALGARVE



DOIS ANOS DEPOIS DA TRAGÉDIA

JUDITH E RONALDO

Mensagens, as casas novas de ambos, o amor da família e o carinho que ficou entre ambos

GRATIDÃO E AFETO



Proteção máxima contra o sol

SEJA NA CIDADE, CAMPO OU PRAIA NUNCA ESQUEÇA QUE É OBRIGATÓRIO USAR UM PROTETOR SOLAR. A SAÚDE DA SUA PELE AGRADECE-LHE O CUIDADO

POR: ANA CRISTINA ESTEVEIRA FOTO: GETTY IMAGES



1. Soleil Divin para o rosto com ação anti-rugas SPF 50, Caudalie, €26,90
2. Gen Sensactive BB SPF 30, Anne Möller, €25,80
3. Protetor solar SPF 50, Mary Kay, €22,50
4. Anthelios Dermo-Pediatrics SPF 50, La Roche-Posay, €24,48
5. Sun Beauty Confort Touch Cream Gentle Tan SPF 50, Lancaster, €31,62
6. Sunific Solaire Extrême SPF 50+, Lierac, €27,21
7. Fotoprotector Transparente Wet Skin SPF 50+, Babé, €23,99
8. Idéal Soleil Gel de Leite SPF 50, Vichy, €21
9. Crème Solaire Special Visage SPF 50+, Clarins, €28
10. Ambre Solaire Sensitive Advanced, SPF 50+, Garnier; €16,95
11. Eight Hour Cream Sun Defense for Face, SPF 50+, Elizabeth Arden, €28,20
12. Creme com cor proteção elevada SPF 50+, Avène, €17,64
13. Trata alergias solares, Derma Forte, €22,09
14. Creme Ecran Age Defense rosto e pescoço SPF 50+, Thalgo, €35,50
15. Óleo Seco Bariésun SPF 50+, Uriage, €19,48

CONSULTÓRIO

por Dr. Miguel Trincheiras
MÉDICO DERMATOLOGISTA

ALERGIAS SOLARES

O termo alergia solar engloba uma série grande de quadros clínicos desencadeados ou agravados pela radiação solar e que têm uma base inflamatória na sua génese. Sabemos que, na grande maioria dos casos, esta alergia solar é causada pela radiação ultravioleta (UVA ou UVB) e os mecanismos que os provocam podem ser vários, embora, numa parte significativa destas patologias, não esteja bem determinada qual a alteração provocada no tecido pela luz que faz com que a pessoa tenha uma reação imunológica e inflamatória que pode assumir vários padrões. De entre uma extensa listagem de patologias podemos identificar essencialmente três grupos:

1. As fotodermatoses por agentes fotossensibilizantes externos (por contacto com plantas ou sistémicos como alguns medicamentos)
2. As fotodermatoses ditas "idiopáticas" cuja causa é desconhecida;
3. As patologias e doenças com fotossensibilidade, agravadas ou desencadeadas pela radiação luminosa como seja o caso do lupus eritematoso, a rosácea, o herpes, etc..

É verdade que, em linguagem corrente aquilo que é designado por alergia ao sol corresponde a uma situação clínica bastante comum, com uma incidência elevada na sociedade e que se designa em termos médicos, por lucite estival benigna e que faz parte deste segundo grupo de patologias. Há quem a considere como uma variante mais ligeira do eritema polimorfo à luz e é caracterizada pelo aparecimento, após as primeiras exposições solares, de pequenas borbulhas (pápulas), acompanhadas de comichão nas áreas habitualmente cobertas no inverno e descobertas no verão (decolotes, ombros, membros superiores) e pouca sempre a face. O tempo de latência (que separa a exposição solar do aparecimento das lesões) é habitualmente inferior a 24 horas e aparece predominantemente no sexo feminino entre os 20 e os 35 anos. Com a continuação da exposição ao sol tende a diminuir de intensidade ou mesmo desaparecer, embora se mantenham características idênticas de ano para ano. O tratamento é essencialmente preventivo com exposições muito progressivas ao sol, uso abundante de roupa e protetores solares, algum tipo de suplementação alimentar com anti-oxidantes e, mais recentemente com tópicos que previnam ou minimizam esta reatividade cutânea. Nos casos mais extensos ou sintomáticos poderá mesmo ser necessário o recurso aos corticosteróides quer tópicos quer administração oral, assim como cremes calmantes e suavizantes.