



ADRIANA VILARINHO

CATÁLOGO 2020



Como ter uma pele bonita e saudável?



Quem nunca se fez essa pergunta: como ter uma pele bonita e ao mesmo tempo saudável? A dermatologia existe para analisar, responder e resolver esse tipo de dúvida a favor da longevidade e da qualidade de vida de cada paciente.

Há mais de 20 anos prestando serviços em dermatologia e estética, a Clínica Adriana Vilarinho é uma das mais conceituadas e bem equipadas do mundo, com aparelhos de alta tecnologia que garantem que os protocolos e tratamentos sejam executados com segurança, credibilidade e qualidade.

Os tratamentos clínicos, associados ao uso de equipamentos e/ou procedimentos injetáveis visam, além da saúde, a prevenção e manutenção da juventude da pele. Alterações como melasma, tatuagens e outras manchas da pele, por exemplo, têm o laser como grande aliado para a sua remoção e redução. Diversas outras queixas, *faciais e corporais*, têm em nossos protocolos infinitas possibilidades de associações para excelentes resultados em todas as idades.

Presente em cinco endereços na cidade de São Paulo: Anália Franco,

Jardim Paulista, Morumbi, Sírío (na Bela Vista) e Vila Olímpia, dispomos de todas as tecnologias pioneiras do segmento e uma equipe referenciada de dermatologistas, tricologistas, fisioterapeutas, biomédicas e esteticistas que, junto a mim, estão em constante aprimoramento e busca de inovações para cuidar de cada paciente de forma individual.

Neste folder, você vai encontrar todas as respostas à pergunta que lhe fiz no título: **Como ter uma pele bonita e saudável?** Assim, distribuímos por necessidade ou queixa nossas principais recomendações de tratamento e dicas relacionadas. Na consulta ou avaliação definiremos – *eu, minha equipe e você* – o programa específico de saúde e beleza para a sua pele.

O segredo principal é a associação de tratamentos na clínica, atrelada à sua rotina de cuidados em casa. Vamos envelhecer melhor?

Esperamos por você!
Boa leitura,



1- TRATAMENTOS DERMATOLÓGICOS..... 05

1 A - TRATAMENTOS CLÍNICOS.....05

- Biopsia.....05
- Cauterização química05
- Curetagem.....05
- Dermatoscopia.....05
- Eletrocauterização05
- Pequena cirurgia05

1 B - REJUVENESCIMENTO 06

- Lasers..... 06
- Fios de Sustentação07
- Microagulhamento.....07
- Preenchedores.....07
- Toxina Botulínica 08

1 C - FLACIDEZ E CELULITE 09

- Ultrassom micro e macrofocado 09
- Radiofrequência..... 10
- Bioestimuladores 10

1 D - MANCHAS E MELASMA 11

- Laser de picossegundos..... 11
- Laser Q-Switched 11
- Luz intensa pulsada..... 12

1 E- CICATRIZES E ESTRIAS13

1 F- LESÕES VASCULARES..... 14

1 G- OLHEIRAS..... 14

1 H- GORDURA LOCALIZADA15

1 I- REMOÇÃO DE TATUAGEM15

1 J- DEPILAÇÃO A LASER.....16

2 -TRICOLOGIA E TRATAMENTOS CAPILARES..... 21

- O que é tricologia.....21
- Laser fracionado.....21
- Intradermoterapia.....22
- Microagulhamento capilar.....22
- MMP22

3 -TRATAMENTOS ÍNTIMOS24

4- ESPAÇO ROSA FLOR BY ADRIANA VILARINHO
ESTÉTICA E BELEZA..... 27

4A- ESTÉTICA FACIAL28

- Beauty Gym28
- Drenagem linfática facial28
- Hydrafacial.....28
- Limpeza de pele.....28
- Microdermoabrasão29
- Peeling químico29

4B- TRATAMENTOS CORPORAIS 30

- CoolSculpting31
- Drenagem linfática31
- Lipomodelagem orgânica com óleo de coco31
- Onda Coolwaves.....31
- SculpSure31
- Radiofrequência corporal32
- Velashape III32

TRATAMENTOS CLÍNICOS

Biopsia

É um procedimento cirúrgico simples, no qual se colhe um pequeno fragmento de tecido, para posterior estudo e análise patológica em laboratório. Todas as técnicas são precedidas por anestesia local, sem risco para o paciente.

Cauterização Química

Procedimento em que se aplica uma substância cáustica ou ácida sobre uma lesão, com o objetivo de removê-la. Geralmente, a técnica é usada para tratar queratoses actínicas, queratoses seborreicas, verrugas virais, granuloma piogênico (área sangrante que pode surgir após um trauma ou machucado na pele ou mucosa), entre outros problemas. Podem ser necessárias várias sessões, a depender do tipo de lesão tratada.

Curetagem

É uma raspagem realizada por meio de uma cureta, instrumento em formato de colher, que retira pequenos fragmentos de pele, de forma superficial. Após a curetagem, a cicatrização é rápida e não há necessidade de sutura. Nos casos de tumores pequenos, superficiais e em áreas

de baixo risco, pode ser curativa, principalmente quando associada à cauterização elétrica ou química subsequente.

Dermatoscopia

Procedimento que analisa as lesões pigmentadas da pele, detectando estruturas invisíveis a olho nu, auxiliando no diagnóstico e acompanhamento de lesões suspeitas de câncer de pele. É um exame indolor e não invasivo, realizado com um instrumento denominado Dermatoscópio.

Eletrocauterização

Procedimento utilizado para retirar lesões e alguns tipos de tumores benignos e cânceres de pele. O equipamento emite eletricidade e calor, que carboniza a lesão, sendo possível coletar o material e enviá-lo para análise patológica, se necessário.

Pequena Cirurgia

Após detalhado exame dermatológico e, caso haja necessidade, de acordo com o diagnóstico, é possível que sejam realizadas pequenas cirurgias para tratamentos como cistos, unhas encravadas, nevos, correção de lóbulo de orelha e outras patologias.

REJUVENESCIMENTO

Tratar ou prevenir os sinais do tempo é possível. Existem diversos tipos de tecnologias e abordagens terapêuticas disponíveis, que são adequados às necessidades e particularidades da pele de cada paciente, com o objetivo de proporcionar jovialidade e saúde, sempre respeitando seu aspecto natural.

Os tratamentos recomendados para melhorar rugas, marcas de expressão e envelhecimento da pele, são lasers fracionados e de picossegundos, fios de sustentação, microagulhamento, injetáveis (bioestimuladores, toxinas e preenchedores), ultrassom microfocado e radiofrequência. Os procedimentos podem ser associados entre si para melhores resultados.

Lasers

O termo Laser deriva da expressão em inglês *Light Amplification by Stimulated Emission of Radiation*. São tecnologias que produzem uma luz estimulada e específica, capaz de gerar energia e atingir um ponto específico da pele a ser tratada. Os lasers fracionados são os mais comumente utilizados para o rejuvenescimento da pele, promovendo o remodelamento das fibras de colágeno e elastina, de dentro para fora. Dentre eles, citamos os lasers de CO₂, Erbium e de Picossegundos, que auxiliam



no tratamento de linhas finas, rugas, manchas e poros abertos, além de cicatrizes e estrias. São necessárias de 2 a 6 sessões, dependendo do laser utilizado, com intervalo médio de um mês entre as sessões. Podem ser feitos durante o ano todo, em qualquer tipo de pele e área do corpo. O período de recuperação dura cerca de três dias, sendo necessários cuidados com a exposição ao sol.

Tratamentos Recomendados

- Fotona
- Fraxel
- Laser de CO₂
- Laser de Picossegundos
- Permea/Clear Brilliant
- ResurFX

Fios de Sustentação

São fios absorvíveis de ácido poli-L-láctico, que promovem a sustentação da pele e progressivo estímulo de colágeno. Os fios apresentam tamanhos diferentes de acordo com a região a ser tratada e possuem em sua extensão cones responsáveis pela ancoragem e sustentação imediata da pele. À medida que o fio é reabsorvido, ocorre o estímulo de colágeno que gera maior firmeza da pele e resultados prolongados. É um tratamento indolor e pode ser feito na face, pescoço e corpo a cada 6 a 18 meses, dependendo do grau de necessidade.



Microagulhamento

É feito por meio de microperfurações na pele com finas agulhas metálicas com o objetivo de induzir a produção de colágeno e elastina. Quando associado à radiofrequência estimula também a produção de ácido hialurônico, levando a uma volumização dérmica de maneira natural. Esse tratamento é indicado para o envelhecimento cutâneo e flacidez, mas também para cicatrizes, estrias, melasma e *drug delivery*. São necessárias 3 sessões, com intervalo mínimo quinzenal. Pode ser feito em qualquer tipo de pele e durante todo o ano.

Tratamentos Recomendados

- Roller
- Voluderm (microagulhamento com radiofrequência)

Preenchedores



O Ácido Hialurônico é um dos principais produtos utilizados para sustentar determinados pontos do rosto e preencher linhas e sulcos da face, pescoço, colo e mãos. Outro produto

que pode ser utilizado é a hidroxiapatita de cálcio.

Com os preenchedores, é possível realizar a harmonização facial, de acordo com técnicas específicas que otimizam os resultados. Além disso, todos os produtos são compatíveis com o organismo, temporários e reabsorvíveis, o que proporciona maior segurança na aplicação. O número de sessões é variável conforme a necessidade e a associação de técnicas, geralmente a cada 6 a 12 meses.

Além dos preenchedores, existem substâncias denominadas *skinboosters*, também compostas de ácido hialurônico, que possuem a capacidade de hidratar a pele. São recomendadas para linhas finas do rosto, colo e mãos, e são necessárias aproximadamente 3 sessões.

Toxina botulínica

A aplicação de Toxina Botulínica tipo A reduz a movimentação dos músculos da face e pescoço, promovendo a melhora das rugas, marcas de expressão e contorno facial. As aplicações podem ser feitas a cada 4 a 6 meses. Além desse benefício, a toxina pode ser utilizada como inibidor de sudorese excessiva em pacientes com hiperidrose.



FLACIDEZ E CELULITE

A flacidez da pele do rosto e corpo caracteriza-se pela perda das fibras de colágeno e elastina responsáveis pela sustentação da pele. A celulite é caracterizada pelo aspecto em “casca de laranja” da pele decorrente da disposição de gordura subcutânea e da alteração na drenagem linfática em determinados locais do corpo. Os tratamentos recomendados são ultrassom microfocado e macrofocado, radiofrequência, bioestimuladores, ondas acústicas e equipamentos com infravermelho.



Tratamentos Recomendados

- Ultraformer
- Ulthera
- Thermage
- Exilis*
- Bioestimuladores
- Onda Coolwaves*
- VelaShape III*

*Saiba mais sobre essas tecnologias no encarte Rosa Flor.

Ultrassom Micro e Macrofocado



É uma tecnologia que visa aumentar a firmeza da pele e melhora do tônus muscular, promovendo efeito similar ao lifting. Como opções existem o ultrassom microfocado e macrofocado, que são recomendados de acordo com as necessidades de cada paciente. São indicados para o tratamento da face, pescoço e colo. O procedimento pode ser realizado também nos braços, abdome, glúteos e coxas. O tratamento não é invasivo, não tem período de recuperação e o paciente pode retornar às atividades imediatamente após o procedimento, que dura em média 60 minutos. No mesmo dia, já se

observa um efeito lifting, sendo o resultado visível depois de 1 a 3 meses. São necessárias 1 a 2 sessões anuais no rosto, com intervalo médio de 6 meses. No corpo, são feitas de 2 a 3 sessões com intervalo mensal, podendo associar bioestimuladores para um resultado ainda melhor.

Tratamentos Recomendados

- Ulthera
- Ultraformer

Radiofrequência



A radiofrequência aquece as camadas mais profundas da pele, promovendo a contração imediata do colágeno e estimulando a produção de novas fibras, proporcionando

uma pele mais firme na região tratada. É indicado para o tratamento específico de flacidez, tanto para o contorno facial e do pescoço, quanto para pálpebras e algumas regiões do corpo como braços, abdome, glúteos e coxas.

Existem diferentes tipos de radiofrequência, por exemplo, a monopolar, realizada 1 a 2 vezes por ano tanto no corpo quanto no rosto e região das pálpebras. A multipolar é bastante utilizada na flacidez corporal, sendo indicada 10 sessões semanais, sendo um tratamento indolor e realizado durante todo o ano. É uma excelente opção de manutenção dos resultados obtidos com o ultrassom, bioestimuladores e a radiofrequência monopolar.

Tratamentos Recomendados

- Thermage
- Exilis

Bioestimuladores

São substâncias injetáveis que estimulam a produção de colágeno, auxiliando no rejuvenescimento e melhora da flacidez da pele. Além disso, podem suavizar a textura da pele e a celulite. Os produtos mais comumente utilizados são Ácido Poli-L-Láctico, Hidroxiapatita de Cálcio e Ácido Poli-K-Prolactona. Podem ser aplicados no rosto, pescoço e corpo, associados ou não ao ultrassom micro e macrofocado. O número de sessões varia conforme o grau de flacidez e celulite.

MANCHAS E MELASMA



As manchas são hiperpigmentações na pele, que podem surgir por fatores como alergias, alterações hormonais, exposição solar, gravidez e idade. Após a avaliação dermatológica e de acordo com o tipo de mancha e local, são indicados tratamentos como lasers, luz intensa pulsada e peelings. O melasma é uma das queixas mais frequentes no consultório e seu tratamento inclui o uso de lasers específicos.

Laser de picossegundos

É uma nova geração de laser que utiliza pulsos extremamente rápidos na ordem de picosegundos para promover a maior eficácia do tratamento, com menor dano térmico para a pele. Pode ser usado para o tratamento de manchas, melasma, rejuvenescimento e cicatrizes de acne, além de ter ponteiros para remoção de tatuagem. A sessão é rápida e confortável, não sendo necessário o preparo da pele. Imediatamente após o procedimento o paciente está

pronto para suas atividades habituais. Para o modo de rejuvenescimento e melasma são necessárias 3 a 4 sessões, com intervalo médio de 1 mês, podendo ser feito em qualquer tipo de pele. Pode ser indicada a manutenção com sessões mais espaçadas. Para o tratamento das tatuagens o número de sessões pode variar de 6 a 12, dependendo do tamanho e tipo de pigmento utilizado.

Laser Q-Switched

É um laser Q-Switched Rubi ou Nd-Yag que promove a melhora das manchas, textura, poros, olheiras, acne, além de manchas escuras nas axilas e virilha. É utilizado para o tratamento do melasma, melanoses, hiperpigmentações, poros dilatados, acne e tatuagem. Para o tratamento de melasma são necessárias de 10 a 15 sessões, com intervalo médio de uma a duas semanas, podendo ser feito em qualquer tipo de pele e área do corpo. Não é necessário o preparo da pele, sendo a sessão

rápida e indolor. Imediatamente após o procedimento o paciente está pronto para suas atividades habituais. Pode ser indicada a manutenção com uma sessão a cada mês.

Luz intensa Pulsada/IPL

A luz intensa pulsada foi desenvolvida para tratar diferentes tipos de pele e é indicada no tratamento de alterações na superfície da pele como manchas acastanhadas, vermelhidão e telangiectasias (vasos finos), olheiras e rosácea. Pode ser utilizada em qualquer área do corpo, principalmente

face, pescoço, colo e dorso das mãos. É um tratamento indolor e os resultados são observados em 1 a 3 semanas, com uma pele mais uniforme, mais viçosa, com menos manchas e vermelhidão. São necessárias de 3 a 6 sessões para melhores resultados.

Tratamentos Recomendados

- Fraxel Dual
- ResurFX
- Laser de CO2
- Laser de Picossegundos
- Spectra
- Permea/Clear Brilliant
- Luz Intensa Pulsada/IPL
- Rubi
- Peelings



CICATRIZES E ESTRIAS



As cicatrizes se formam durante um processo de reparação tecidual, decorrente de um trauma físico na pele, como cirurgias, por exemplo. Já as estrias, ocorrem quando há a destruição de fibras elásticas e colágenas cutâneas por algum estiramento da pele como na gestação, perda e ganho de peso ou decorrente da fase de crescimento na adolescência.

As tecnologias mais indicadas para o tratamento das cicatrizes e estrias são os lasers fracionados, laser de picossegundos, luz pulsada, microagulhamento, bioestimuladores e preenchedores.

O número de sessões e tecnologias a serem utilizadas dependem da cor, tipo, tamanho e local das cicatrizes e estrias. Geralmente, são necessárias de 3 a 6 sessões com intervalos mensais para resultados mais consistentes.

Tratamentos Recomendados

- Fraxel
- ResurFX
- Laser de CO2
- Laser de Picossegundos
- Luz pulsada
- Nd-Yag
- Bioestimuladores
- Rubi
- Preenchedores



LESÕES VASCULARES

Os pequenos vasos aparentes (telangiectasias), geralmente estão presentes na face e colo. Além da vermelhidão causada pela rosácea, bem como as lesões inflamatórias da acne, as lesões vasculares também podem ser reduzidas com o uso de tecnologias como luz intensa pulsada e Nd-Yag micropulsado.

Nd-Yag micropulsado

É utilizado para tratar os vasos dilatados da pele, sinais prematuros do envelhecimento

e dano solar, melhorando a textura da pele, minimizando rugas finas e poros dilatados, bem como para reduzir a vermelhidão e vasos finos da rosácea, acne e olheiras. O tratamento é indolor e pode ser realizado durante todo o ano em todos os tipos de pele. São necessárias de 3 a 6 sessões, realizadas a cada mês.

Tratamentos Recomendados

- Spectra
- Nd-Yag micropulsado
- Luz Intensa Pulsada/IPL

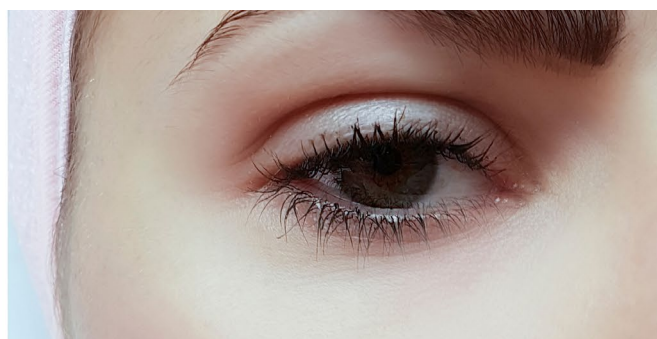
OLHEIRAS

As olheiras são áreas de hiperpigmentações nas pálpebras, que podem derivar da concentração de vasos sanguíneos ou melanina, além da perda de gordura subcutânea no local, formando uma região deprimida na pálpebra. A genética é a causa mais comum do surgimento das olheiras, além disso, alguns hábitos favorecem o seu surgimento como fumo, bebida em excesso, estresse, privação de sono, alergia, má alimentação e período

da menstruação. Os tratamentos mais indicados para olheiras são preenchedores, lasers e luz intensa pulsada.

Tratamentos Recomendados

- Fraxel Dual
- Laser de CO2
- Laser de Picossegundos
- Luz Intensa Pulsada/IPL
- Nd-Yag micropulsado
- Permea/Clear Brilliant
- Spectra
- ResurFx
- Preenchedores



GORDURA LOCALIZADA

A gordura localizada pode ser tratada com equipamentos de resfriamento (conhecidos como criolipólise), laser de diodo, ultrassom macrofocado, ondas acústicas e radiofrequência.

Tratamentos Recomendados

- Coolsculpting*
- SculpSure*
- Ultraformer
- Onda Coolwaves*
- VelaShape III*

*Saiba mais sobre essas tecnologias no encarte Rosa Flor.



REMOÇÃO DE TATUAGEM

A tatuagem consiste na aplicação subcutânea e permanente de pigmentos através de agulhas. Uma pesquisa nos Estados Unidos demonstrou que 35% das pessoas que fazem uma tatuagem se arrependem e querem removê-la. A sua remoção, total ou parcialmente, é possível com o uso de laser. Atualmente o laser de picossegundos e Q-switched removem as tatuagens de maneira eficaz, podendo ser associados ao laser fracionado para melhores resultados estéticos. Normalmente, o pigmento preto e algumas tintas coloridas, como o vermelho, podem ser removidas com mais facilidade do que tatuagens que usem outras cores de tintas. Assim, o número de sessões e o intervalo entre elas dependem do tamanho, cor e

local da tatuagem, podendo variar de 5, 12 ou mais sessões.

Tratamentos Recomendados

- Laser de Picossegundos
- Spectra
- Rubi



DEPILAÇÃO A LASER

A Depilação a Laser é um método indolor e eficaz para a remoção progressiva dos pelos da face e do corpo. O laser capta a melanina (pigmento que dá cor à pele e pelos), o que retarda o crescimento do fio, como também elimina a capacidade do folículo produzir novos fios. O tipo de laser

utilizado para a depilação varia de acordo com o perfil da pele e a área a ser tratada, assim como o número de sessões necessárias a cada paciente.

Tecnologias Recomendadas

- Soprano
- GentleLase Alex e Nd-Yag

MANCHAS NA PELE: CUIDADOS E PREVENÇÃO

Existem diferentes tipos de manchas que podem surgir na pele do rosto e corpo, como por exemplo, sardas, melanoses, hiperpigmentação pós-inflamatória e melasma. Cada mancha tem características peculiares, mas todas têm em comum a piora com a exposição ao sol. Outros fatores também podem contribuir para o seu aparecimento, como herança genética, desequilíbrios hormonais, acne e tabagismo.

A base para a prevenção e o tratamento é a proteção solar correta. Para isso devemos evitar exposição solar no período de 10 às 16 horas, usar barreiras físicas como roupas, chapéus e óculos de sol. Além disso, é fundamental o uso do filtro solar. Ele deve ser aplicado a cada 2 horas ou após entrar na água e transpiração excessiva. A regra da colher de

chá facilita a aplicação do filtro na quantidade correta: uma colher de chá para cada uma das seguintes regiões: rosto e pescoço, outra para cada braço. Duas colheres de chá para cada perna e coxa e outras duas para o tronco frente e costas.

Para prevenir manchas, o uso diário do filtro solar é necessário mesmo em dias chuvosos e em ambientes fechados. Opte por filtros com cor para uma maior barreira protetora. Atualmente o uso associado de antioxidantes tópicos ou orais aumentam a resistência da pele à radiação solar.

O tratamento das manchas exige disciplina na rotina diária de proteção solar e uso de cremes clareadores adequados para cada tipo de pele. No consultório, peelings e lasers são eficazes para minimizá-las.

CÂNCER DE PELE E PROTEÇÃO

O câncer de pele é o tumor mais comum no mundo. Sua principal causa é a exposição excessiva ao sol, mas também tem influência genética. O dermatologista é o médico responsável e habilitado para diagnosticar e tratar esse tipo de câncer, especialmente em sua fase inicial.

A doença pode acometer todas as idades, sendo mais comum na fase adulta. Há 3 tipos mais frequentes: o Carcinoma Basocelular, o Carcinoma Espinocelular e o Melanoma.

O câncer de pele pode ter o aspecto de uma pinta, uma pequena alergia ou outras alterações aparentemente benignas da pele. É fundamental fazer periodicamente a avaliação da sua pele, junto ao seu dermatologista, para saber em quais áreas existem esses sinais, pois isso fará toda a diferença na hora de detectar qualquer tipo de alteração suspeita, e o dermatologista – juntamente com a consulta e exames complementares – poderá diagnosticar corretamente.

Além de frequentar periodicamente

um dermatologista, é preciso proteger-se muito bem do sol. Acompanhe algumas recomendações importantes:

- Usar chapéus, camisetas e óculos escuros;
- Evitar a exposição solar entre 10h e 16h;
- Na praia ou na piscina, use barracas feitas de algodão ou lona, que absorvem 50% da radiação ultravioleta. As barracas de nylon formam uma barreira pouco confiável: 95% dos raios UV ultrapassam o material;
- Use filtros solares diariamente, e não somente em horários de lazer ou diversão com exposição solar. Utilize um produto que proteja contra radiação UVA e UVB e tenha um fator de proteção solar (FPS) 30, no mínimo;
- Reaplique o produto a cada duas horas ou menos, nas atividades de lazer ao ar livre. Ao utilizar o produto no dia a dia, aplique pela manhã e reaplique antes de sair para o almoço;
- Observe regularmente a própria pele, à procura de pintas ou manchas suspeitas. E jamais deixe de consultar seu dermatologista regularmente para um exame e diagnóstico completos.



CUIDADOS COM A PELE MASCULINA

A pele masculina tem características únicas e precisa de cuidados específicos. Ela é cerca de 25% mais espessa do que a da mulher e a densidade de colágeno é maior em todas as faixas etárias. Além disso, tem textura mais áspera, que ocorre pela presença dos pelos terminais (grossos e pigmentados) que cobrem a maior parte do corpo. As diferenças são mais pronunciadas no rosto, onde as mulheres têm pelos do tipo velos (finos e claros). Como a barba é uma proteção contra a radiação ultravioleta, homens com envelhecimento causado pelo

sol em geral não têm tantas rugas quanto as mulheres.

Os homens têm maior número de glândulas sebáceas no rosto e grande sensibilidade à testosterona, hormônio que influencia o funcionamento dessas glândulas. A produção de sebo nos homens é, em média, duas vezes maior do que nas mulheres. A maior quantidade de sebo provoca excesso de oleosidade, e maior propensão à poros dilatados, cravos e acne.

Sabendo essas diferenças é possível estabelecer uma rotina de cuidados específicos que incluem:



1 **Limpeza:** primeiro passo para começar uma rotina é manter a pele do rosto sempre limpa! Nunca use o mesmo sabonete do corpo em seu rosto. A pele facial geralmente é mais oleosa e usar um produto não adequado pode agravar essa característica e provocar acne. No caso das peles normais a oleosas, que brilham muito e têm poros abertos, o ideal são os sabonetes líquidos com fórmula que predominam ingredientes que ajudem a combater a oleosidade com ácido salicílico. A pele do rosto deve ser limpa de manhã e à noite, de preferência com água morna que ajuda a abrir os poros intensificando a limpeza. Deve-se evitar uso de água muito quente, que pode gerar um aumento rebote da oleosidade. Quem tem a pele do rosto mais seca e com sensibilidade e dermatites frequentes deve dar preferência à sabonetes líquidos ou espumas de limpeza com substâncias calmantes e fórmulas mais suaves.

2 **Esfoliação:** o uso de esfoliantes é indicado para pessoas com pele mais oleosa e com cravos na “zona T”. Basicamente, a esfoliação remove o acúmulo de impurezas e células mortas da pele, ajudando a melhorar a textura da pele, desobstruir poros e remover possíveis pelos encravados. É recomendado fazer uma esfoliação pelo menos uma vez por semana.

3 **Tonificação:** no começo pode parecer trabalhoso ter que aplicar a loção tônica em toda a superfície do rosto, pelo menos duas vezes ao

dia. Mas depois vira uma rotina tão comum quanto escovar os dentes. A loção tônica / adstringente ajuda a eliminar as impurezas da pele, suavizar e refrescar, também minimiza os poros, auxilia no controle da oleosidade e tem função cicatrizante e calmante. Quem tem a pele mais ressecada e sensível deve evitar o uso contínuo de adstringentes e investir no uso de água termal que tem propriedades calmantes e hidratantes para a pele.

4 **Hidratação:** manter a pele hidratada ao longo do dia ajuda a garantir sua resistência contra as agressões externas, como vento, sol e poluição. Quem tem a pele oleosa, pode optar por hidratantes com efeito matificante que ao fechar os poros, reduz o brilho e a oleosidade da pele, além de controlar a atividade das glândulas sebáceas. Os hidratantes ainda podem ter ativos antioxidantes como a vitamina C e outros ativos antipoluição.

5 **Proteção:** o correto é usar o protetor solar no dia a dia, até nos nublados, finalizando a rotina de cuidados com o rosto. Escolha sempre os filtros com ampla proteção solar anti UVA e UVB, garantindo a proteção contra queimaduras solares e envelhecimento da pele. Como a maioria dos jovens sofre de pele oleosa, são indicados protetores não comedogênicos (que previnem a acne), com fórmula oil-free, toque seco e sem fragrância. Algumas marcas

também possuem filtros ativos antioxidantes, prevenindo o fotoenvelhecimento.

6 **Barba:** o ato de barbear-se deve ser realizado, preferencialmente, após o banho. Afinal, é neste momento que a pele fica completamente limpa e com menos riscos de desenvolver irritações. No entanto, alguns cuidados são fundamentais para garantir que o processo seja eficaz. Por isso, na hora de tirar os pelos da face, recomenda-se a aplicação de um creme de barbear e procurar evitar o sabonete. O sabonete atrapalha o deslizamento da lâmina, além de ferir a pele

e o rosto. Logo após é indicado um bálsamo pós-barba com ação antisséptica, cicatrizante e calmante - ideal para o homem que tem pré-disposição à foliculite -, assim como loções anti-inflamatórias. O barbear deve começar pelas laterais do rosto - costeletas, bochechas e maxilar -, onde a pele é menos sensível. A lâmina não deve ser muito pressionada contra o rosto ou passada várias vezes na mesma área, pois isso aumenta o risco de traumas. Ela ainda deve acompanhar o sentido de crescimento dos pelos, o corte no sentido contrário aumenta o risco de irritações e foliculite.



TRICOLOGIA



O que é Tricologia

A Tricologia é uma especialidade da dermatologia que atua no diagnóstico e tratamento de todas as condições relacionadas ao cabelo, desde sua estrutura e alterações da fibra, como diminuição da densidade do fio até as alopecias, como alopecia androgenética (calvície), eflúvio telógeno e outras causas de queda e enfraquecimento capilar.

Dentre os possíveis tratamentos

estão: intradermoterapia, MMP, laser fracionado e microagulhamento.

Laser Fracionado

O laser, no tratamento capilar, auxilia a melhorar o fluxo sanguíneo do couro cabeludo, favorece a melhora da ancoragem do fio, combate a queda e estimula o crescimento dos fios.

Tecnologias Recomendadas

- Fraxel
- ResurFX



Intradermoterapia

É o procedimento clínico que consiste na aplicação de medicamentos e vitaminas na derme ou no tecido subcutâneo, auxiliando no controle da queda dos fios, além de estimular a nutrição e crescimento de novos. Esse tratamento age diretamente nas raízes dos folículos capilares e auxilia, ainda, no espessamento e volumização dos cabelos.

MMP

Método de microinfusão de medicamentos na pele em que são inseridos ativos diretamente no couro cabeludo por meio de aparelho com finas agulhas. A perfusão realizada pelo instrumento tem profundidade controlada e permite que a absorção dos medicamentos seja mais rápida, uniforme e precisa.

Microagulhamento capilar

O Microagulhamento é uma técnica eficaz, que promove o estímulo de crescimento dos fios.

Cabelos saudáveis: da lavagem em casa aos cuidados dermatológicos

Assim como a pele, os cabelos precisam de cuidados especiais, devido às agressões de fatores externos como a poluição, radiação solar e químicas. Além disso, o cabelo também envelhece, mais um motivo para ficar atento às madeixas.

O cronograma capilar sugere cuidados específicos para os fios como hidratação, nutrição e reconstrução, mas também existem os tratamentos voltados para a umectação, cauterização, força e crescimento.

Todos os tipos de cabelo, do liso ao crespo, perdem água, que precisa ser reposta. Portanto, hidratar é o primeiro passo para manter os fios saudáveis. As máscaras hidratantes costumam trazer bons resultados, se realizadas de forma correta.

Se o cabelo está opaco, com frizz, áspero e embaraçando com frequência, é hora de nutrir. As máscaras de nutrição devolvem os lipídios (gordura natural) à fibra capilar e ajuda a selar (blindar) os fios, mantendo a hidratação. Fios excessivamente ressecados precisam, além da nutrição, de umectação realizada com óleos vegetais ou com produtos à base de óleos.

A rotina de reconstrução é indicada para pessoas que estejam com os cabelos fracos, quebradiços, elásticos e porosos (principalmente pós-química ou descoloração). Os produtos para reconstrução repõem as proteínas da fibra, como a queratina, devolvendo força e a elasticidade natural. É importante seguir um cronograma de acordo com o nível de danificação dos fios, realizando o tratamento semanal, quinzenal ou mensal.

A cauterização age profundamente na fibra capilar,

assim como a reconstrução, porém mais forte, já que faz uma recarga mais intensa de proteínas, impedindo que o cabelo que acabou de se recuperar perca novamente seus nutrientes. Mas é preciso cuidado ao realizar esse tratamento, para evitar um efeito rebote.

Além das agressões externas e envelhecimento, o couro

cabeludo pode apresentar seborreia e/ou excesso de oleosidade, entre outras patologias, que danificam os cabelos favorecendo a queda e o enfraquecimento. Neste caso, a dermatologia auxilia com tratamentos mais potentes, com a prescrição de fórmulas manipuladas ou dermocosméticos adequados ao problema de cada paciente.



TRATAMENTOS ÍNTIMOS

Diversas tecnologias podem ser utilizadas para o rejuvenescimento íntimo, proporcionando melhora de toda a parte genital em vários aspectos, tanto na parte estética quanto funcional. Os tratamentos íntimos atenuam a flacidez, melhorando o tônus muscular, estimulam a lubrificação da mucosa e amenizam a incontinência urinária. Além disso, tratam cicatrizes e clareiam a região.

Tecnologias Recomendadas

- Fotona
- Laser de CO2
- Spectra
- Laser de Picossegundos
- Exilis
- Viveve
- Preenchedores

Como equilibrar o pH vaginal

O pH vaginal é o grau de acidez que mantém a flora vaginal em equilíbrio e impede a ação de bactérias. O

pH ideal (medido em exames de laboratório) fica entre 3,5 e 4,5.

Quando esse número é alterado (por vários motivos, como estresse, uso contínuo de antibióticos e menopausa), alguns micro-organismos se proliferam na região, podendo causar infecções vaginais por fungos e bactérias.

Produtos de higiene íntima seguem o padrão do pH vaginal (de 3,5 a 4,5) e mantêm a acidez necessária para evitar infecções, mas a higiene íntima não precisa necessariamente ser feita só com esses produtos. Eles podem ajudar mulheres que vivem tendo infecções ginecológicas. O sinal de alerta é quando surgem três infecções em seis meses.

Já quem não convive com esse problema não precisa usar esses produtos diariamente.

O ideal é usar, no máximo, duas vezes por semana. E, na falta deles, substituir por sabonete neutro ou infantil.



Depilação: antes e depois

Livrar-se dos pelos indesejados pode não ser tão confortável, dependendo do método utilizado. O uso de barbeadores, cera ou cremes depilatórios podem originar alguns tipos de alergias e foliculite.

A depilação a laser é considerada uma das formas mais eficazes para a eliminação dos pelos, com mínimo desconforto e melhor custo-benefício. Pernas, axilas, buço, queixo, e outras áreas do corpo, podem ser tratadas com o laser em poucos minutos. O número de sessões varia de acordo com cada paciente, mas em algumas sessões já é possível perceber a redução de pelos.

Veja algumas recomendações antes de iniciar as sessões de depilação com laser:

- Esfolie a pele. A esfoliação traz benefícios como minimizar o encravamento dos pelos. Três dias antes é o ideal;

- Suspenda o uso de ceras ou cremes depilatórios (pelo menos um mês antes), assim como loções bronzeadoras. Essa é uma medida preventiva para não danificar a raiz dos fios ou aumentar a melanina da pele;

- Raspar os pelos com lâmina de barbear de 12 a 14 horas antes do procedimento.

- Suspenda o uso de dermocosméticos para clareamento ou ácidos para tratamento. Nesse caso, o dermatologista recomendará a melhor opção.

Após a depilação, alguns cuidados também devem ser tomados:

- Use roupas leves para evitar irritações, já que a pele está sensível;

- Caso haja vermelhidão ou inchaço nas áreas tratadas, cremes calmantes podem ser usados de acordo com a indicação médica;

- Evite exposição solar. Usar filtro solar na região ou cobrir com roupas leves é o mais indicado.



E para quem acredita que somente mulheres realizam depilação a laser, não é bem assim. Os homens estão cada vez mais aderindo à essa tecnologia, principalmente os praticantes de esportes, tanto para eliminar os pelos da barba quanto do corpo. Além disso, a depilação a laser, ao contrário do que se pensa, também é segura para pele negra, porém, uma avaliação é necessária para que seja indicado o equipamento mais adequado.

Foliculite: principais causas e sintomas



Já ouviu falar de foliculite? É uma infecção que ocorre nos folículos pilosos (estrutura que dá origem ao pelo), geralmente motivada por uma bactéria ou fungo, mas que também pode ter origem na inflamação de pelos encravados.

Na maioria dos casos, a foliculite é superficial, apresentando pequenas “espinhas” de pontas brancas, em torno de um ou mais folículos pilosos, podendo também apresentar coceira e dor local.

É frequente que essas inflamações envolvam sozinhas, mas em casos mais graves é preciso atenção e tratamento específico com médico dermatologista, já que pode ocorrer a perda permanente do pelo, bem como a formação de cicatrizes.

Qualquer pessoa pode desenvolver foliculite, mas existem fatores que podem ser predisponentes, como condições médicas que reduzam a resistência às infecções como diabetes, aumento de peso, uso de medicamentos como corticoide, uso de roupas justas e tecidos sintéticos, fricção ao barbear e dermatites.

Existem diversos tipos de foliculite e o dermatologista poderá diagnosticar e indicar o melhor tipo de tratamento para cada caso, de acordo com a gravidade da infecção, que pode ser desde a prescrição de antibióticos até a drenagem das secreções. A prevenção é a melhor recomendação!

ESPAÇO ROSA FLOR BY ADRIANA
VILARINHO – ESTÉTICA E BELEZA

ROSA  FLOR

ESTÉTICA FACIAL



Beauty Gym

Protocolo que alia movimentos manuais com aparelho de eletroestimulação e dermocosméticos de alta performance. A Beauty Gym ou Ginástica Facial, promove o aumento do tônus muscular facial, além de drenar os líquidos linfáticos e atenuar linhas de expressão, já que proporciona efeito similar ao lifting.

Drenagem Linfática Facial

Técnica de massagem manual que trabalha o sistema linfático, acelerando o processo de retirada de líquidos acumulados entre as células e os resíduos metabólicos. Revitaliza a pele da face, ameniza olheiras, reduz hematomas e edemas (inchaços).

Hydrafacial

Procedimento não invasivo que esfolia, remove as impurezas, ajuda no controle da oleosidade e acne. O Hydrafacial é um equipamento de alta tecnologia que, por meio da fricção e sucção, auxilia na absorção de alguns ativos na derme, como vitaminas e antioxidantes. É recomendado para peles jovens e maduras, independentemente do tipo de pele.

Limpeza de Pele

A Limpeza de Pele tem como benefícios controlar a oleosidade e acne, pois desobstrui os poros, remove cravos, desintoxica a pele e remove as células mortas. Além disso, prepara a pele para procedimentos dermatológicos,

melhora a absorção de dermocosméticos, revitaliza e hidrata. Sua frequência deve ser orientada pelo dermatologista.

Microdermoabrasão

É um tipo de peeling mecânico realizado com equipamento que possui partículas de óxido de alumínio ou ponta diamantada que promove a esfoliação da pele, removendo de forma homogênea as camadas superficiais, ajudando a melhorar o processo de renovação celular.

A Microdermoabrasão auxilia no tratamento de linhas de expressão, manchas, poros dilatados, melhora a textura da pele e prepara a pele para procedimentos dermatológicos.

Peeling Químico

A aplicação do peeling químico promove a renovação celular, que causa a descamação, auxiliando no tratamento de manchas, marcas de expressão e melhora a textura da pele. As substâncias utilizadas variam de acordo com as necessidades de cada tipo de pele e região do corpo a ser tratada.

Maquiagem e dermatologia: o que usar antes e depois

O ato de se maquiar traz inúmeros benefícios e vantagens. Para as mulheres que gostam de maquiar-se, a maquiagem pode realçar áreas da face, bem como camuflar pequenas imperfeições,

atuando assim na melhora da autoestima.

Para que possamos usufruir da maquiagem da melhor forma, é extremamente importante a atenção para alguns detalhes quando o assunto é a nossa pele. E esses cuidados vão além da escolha correta do tipo de maquiagem. Entenda por quê!

Os utensílios utilizados para maquiagem, como pincéis e esponjas, por exemplo, requerem um cuidado todo especial, e isso inclui a lavagem e a higienização correta e frequente destes objetos.

Por mais inofensivos que pareçam ser, os pincéis sujos acumulam resíduos, impurezas, bactérias e até mesmo fungos, que são extremamente prejudiciais à saúde da pele. Como consequência, podem surgir acne, foliculite, herpes e conjuntivite.

Sendo assim, a limpeza das cerdas e esponjas torna-se imprescindível para garantir a saúde e a vitalidade da pele. E fica aqui uma recomendação importante: compartilhar esses itens com outras pessoas? Não, melhor evitar!

Você costuma usar maquiagem com muita frequência? Já conversou com seu Dermatologista sobre isso? Consulte-se e entenda a importância de maquiar-se com cuidado e de higienizar seus itens de maquiagem. Procure seu Dermatologista!

TRATAMENTOS CORPORAIS

Os tratamentos estéticos objetivam o remodelamento do corpo, atenuam e tratam condições como flacidez, celulite e gordura localizada.

São diversas tecnologias existentes no Espaço Rosa Flor, que sozinhas ou combinadas entre si, auxiliam na melhora do contorno corporal.

Além dos tratamentos estéticos, é importante a realização do exame de Bioimpedância, que apresenta informações como massa muscular, líquidos, gordura, massa óssea, entre outros, possibilitando ao paciente e à profissional de estética um conhecimento maior sobre o corpo e não somente o peso total.

As avaliações corporais pelas profissionais da Rosa Flor são gratuitas e incluem o exame de Bioimpedância. É durante a avaliação que são definidos quais os tipos de tratamentos e protocolos ideais para cada paciente, de acordo com as necessidades e particularidades de cada um.

CoolSculpting

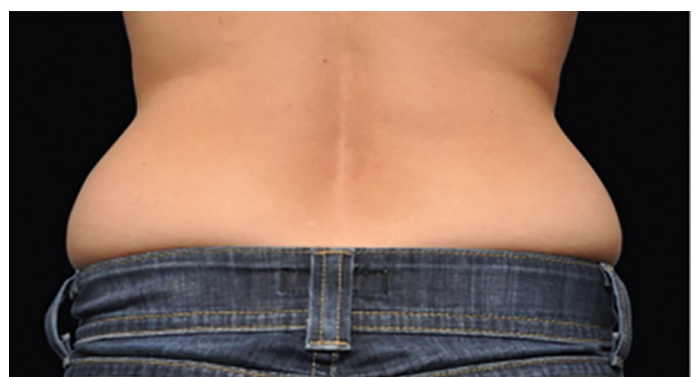
O CoolSculpting é um tratamento não invasivo, que possui a tecnologia de resfriamento que congela as células de gordura

subcutânea, eliminando-as posteriormente por vias naturais. Auxilia na redução de até 27% de gordura localizada e de até 50% das medidas na área tratada.

A Rosa Flor possui todos os tipos de ponteiros da marca, que se adaptam a cada região do corpo, de acordo com o grau de gordura e necessidades de cada paciente.

Indicações/Áreas de Tratamento

- Região abaixo do queixo (papada e contorno do pescoço)
- Região axilar
- Peitoral masculino
- Braços
- Abdômen
- Costas
- Flancos
- Púbis
- Interno de coxas
- Região abaixo dos glúteos (bananinha)
- Culotes
- Joelhos



Drenagem linfática corporal

Assim como a drenagem linfática facial, é uma técnica de massagem que trabalha e estimula o sistema linfático, acelerando o processo de remoção dos líquidos e resíduos metabólicos acumulados nas células.

A drenagem linfática auxilia na redução de inchaços, melhora a circulação sanguínea, ativa o metabolismo, reduz a celulite e traz relaxamento.



Lipomodelagem orgânica com óleo de coco

Realizada com Óleo de Coco, a Lipomodelagem Orgânica é uma técnica de movimentos manuais que modela o corpo, reduzindo a flacidez, gordura localizada e celulite.

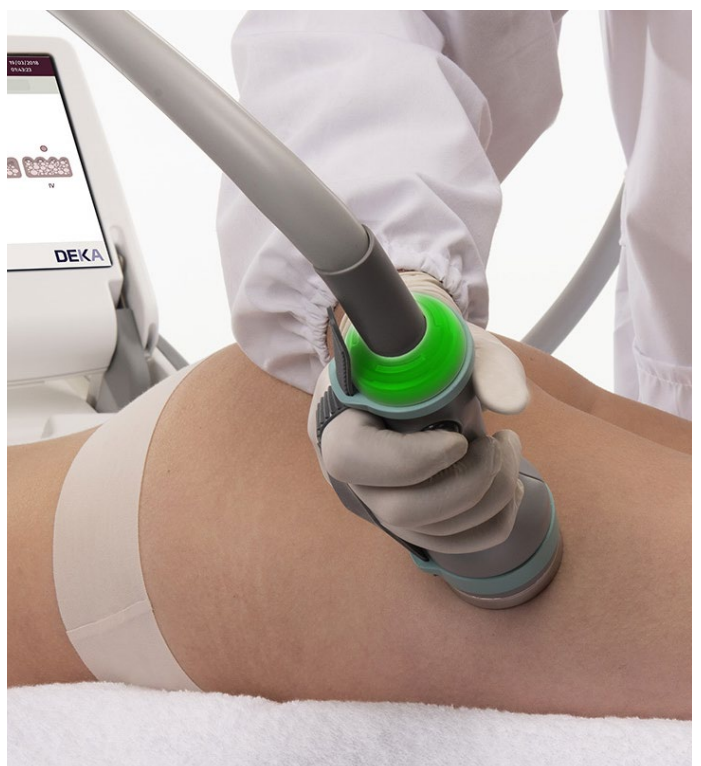
O tratamento diminui a retenção de líquidos, melhora o funcionamento do intestino e hidrata a pele, devido ao óleo utilizado.

Onda Coolwaves

Procedimento não invasivo que possui a tecnologia de micro-ondas, agindo com mais profundidade na gordura localizada e tratando celulite e flacidez da região. As micro-ondas são absorvidas somente pelas células adiposas, não se propagando para fora do local tratado.

Indicações/Áreas de Tratamento

- Abdome
- Braços
- Costas
- Culotes
- Flancos
- Glúteos
- Interno de coxas
- Joelhos
- Região abaixo dos glúteos (bananinha)



Sculpsure

Tecnologia baseada em energia controlada com laser não-invasivo para gordura localizada. Indicado para pacientes que desejam tratar, esculpir e definir várias áreas ao mesmo tempo e em apenas 25 minutos. São necessárias 2 a 3 sessões por área, com intervalo mensal.

Radiofrequência Corporal

A Radiofrequência é um dos tratamentos mais indicados para combater a flacidez. O procedimento aquece a derme profundamente e estimula a produção de novas fibras de colágeno e elastina.

Indicações/Áreas de Tratamento

- Abdome
- Braços
- Costas
- Anterior, posterior e interno de coxas
- Flancos
- Glúteos
- Região Íntima

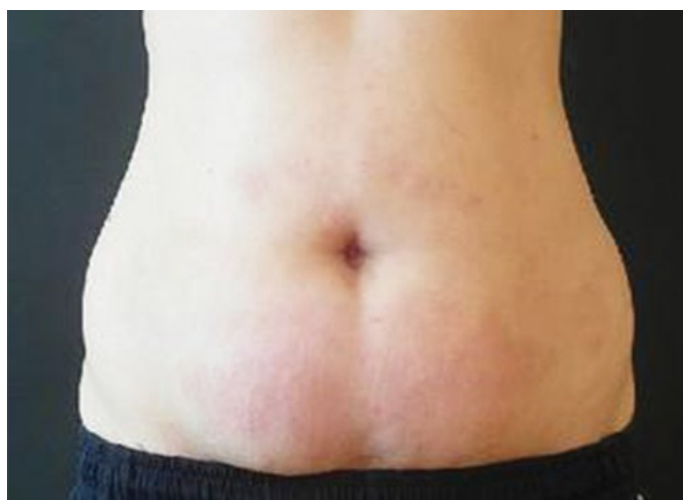
Tipos de Radiofrequência

- Thermage
- Exilis
- Accent



Velashape III

É a quarta geração do aparelho que utiliza a combinação ainda mais potente de luz infravermelha, radiofrequência bipolar, manipulação mecânica e vácuo. Seu protocolo estimula a produção de colágeno e elastina, ativa o metabolismo, aumenta o fluxo sanguíneo e linfático, estimulando a circulação, eliminação dos edemas e retenção de líquidos. O VelaShape III é recomendado para redução de medidas e tratamento da celulite. Geralmente são programadas 4 sessões completas, uma a cada 15 dias e sessões com a ponteira SMOOTH podem ser feitas semanalmente em 10 sessões para maior redução da celulite. O tratamento é indolor, indicado para braços, glúteos, coxas, abdome e flancos.



Celulite, flacidez e gordura localizada: tratamentos e bem-estar

Segundo a Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD), oito em cada 10 mulheres têm algum grau de celulite.

A conformação do tecido adiposo na mulher, em conjunto com alterações na microcirculação e consequente aumento do tecido fibroso, favorece o surgimento da celulite. O acúmulo de gordura, água e toxinas nas células leva ao inchaço dessas, deixando o local com ondulações e retrações que se manifestam como os furinhos

indesejados e o aspecto em “casca de laranja” da pele. Alguns fatores influenciam no surgimento ou agravamento da celulite, como alterações hormonais, sedentarismo, alimentação rica em açúcar e gordura, desidratação e aumento de peso.

Sabendo disso, é fundamental ter hábitos de vida saudáveis como beber dois litros de água por dia, evitar alimentos industrializados, ricos em gordura e carboidratos simples e fazer exercícios físicos regularmente. Algumas opções terapêuticas incluem drenagem linfática e radiofrequência com sucção.

“Hoje, o corpo é a nova face e demanda tratamentos conjuntos. Por isso, na Clínica Adriana Vilarinho nosso atendimento é 360°, com o objetivo de cuidar do paciente de forma única e completa.”

Dra. Adriana Vilarinho

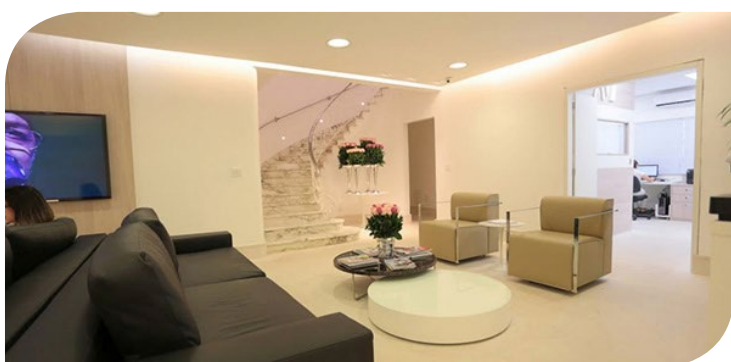


UNIDADE ANÁLIA FRANCO

Rua José Oscar A. Sampaio, 177

☎ (11) 3058-9999

📞 (11) 94796-9742



UNIDADE JARDIM PAULISTA

Rua Bento de Andrade, 70

☎ (11) 3886-9999

📞 (11) 94071-7461



UNIDADE MORUMBI

Rua Jandiatuba, 630, 4º Andar

☎ (11) 3887-9999

📞 (11) 94014-4468

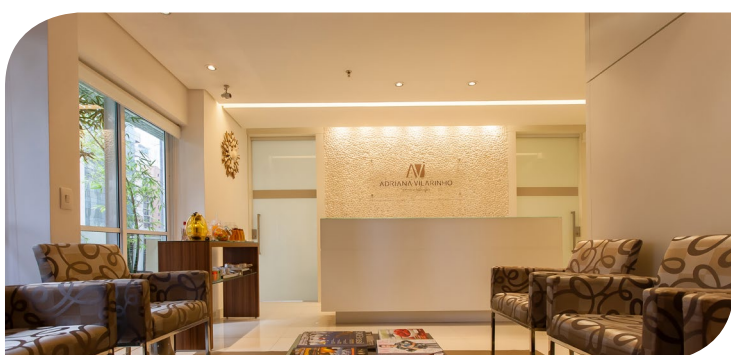


UNIDADE SÍRIO

Rua Adma Jafet, 74, 14º Andar

☎ (11) 3884-9999

📞 (11) 99468-3901



UNIDADE VILA OLÍMPIA

Rua Fidêncio Ramos, 160, 2º andar

☎ (11) 3550-8222

📞 (11) 94798-4987





ADRIANA VILARINHO



www.adrianaavilarinho.com.br



@clinicaadrivilarinho



/clinicaadrivilarinho

ROSA  FLOR



/rosaflor.estetica