

# Hiper-hidratação da pele ajuda a prevenir e melhorar estrias

As estrias são as inimigas número dois do público feminino, só perdendo para a celulite

**15/04/2019 10:37:31**

As estrias são as inimigas número dois do público feminino, só perdendo para a celulite. Basta engordar uns quilinhos para elas aparecerem nas mamas, no abdômen, no culote e em outras partes do corpo.

Quando vermelhas, podem até desaparecer com tratamento. Já as brancas, mais antigas, requerem um pouco mais de paciência e empenho.

"A hiper-hidratação da pele é muito importante e pode ser feita com óleos (mais eficiente) ou com cremes. Também é importante a adoção de hábitos saudáveis, como uma alimentação balanceada e o consumo de pelo menos dois litros de água por dia", recomenda o cirurgião plástico Marco Cassol.

Para o médico, a cirurgia só é recomendada em último caso. "A ressecção da epiderme para transformar uma estria larga em uma cicatriz fina só é indicada em situações extremas. Nas estrias abdominais localizadas abaixo da cicatriz umbilical podemos realizar a abdominoplastia (cirurgia plástica da barriga), por exemplo", explica.

Para melhores resultados, é bom ter a avaliação de um profissional que indique o melhor tratamento conforme o tipo, coloração e tamanho da estria e também as condições do paciente.

Dr. Marco Cassol, cirurgião plástico especialista em face feminina - membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCP) com mais de 15 anos de experiência. É formado pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRG) e conta com especializações em cirurgia para a redução de mamas, criolipólise, microlipoaspiração, cirurgia íntima, entre outras. Site: [www.marcocassol.com.br](http://www.marcocassol.com.br)