

Tenho olheiras e bolsas embaixo dos meus olhos. O que fazer?

Prof. Dr. Paulo Augusto de Arruda Mello

A pele ao redor dos olhos é muito fina, **frouxa** e delicada. Por isso essa região é mais vulnerável a exposição ao Sol, vento, poeira, poluição, levando ao aparecimento de rugas, olheiras, inchaços e bolsas.

Percebemos mais a presença dessas alterações, pois quando conversamos, temos o costume de olhar para os olhos da pessoa.

Olheiras:

As olheiras (parte escura embaixo dos olhos) aparecem por um conjunto de fatores, como idade, herança familiar, estresse, sono de má qualidade, alergias, **uso de alguns tipos de colírios** e são difíceis de serem removidas fig. 1

Figura 1. Olheiras



Fonte da imagem: www.tuasaude.com

Existem diversos tratamentos, alguns bem onerosos, mas não há garantias de que irão desaparecer por completo.

A prevenção ainda é a melhor opção. Assim:

- **melhore a qualidade do seu sono. Tente dormir 7, 8 horas por dia e que não seja um sono superficial.**
- **remova a maquiagem antes de dormir.**
- **use protetor solar próprio para ser usado ao redor dos olhos, com fator de proteção acima de 30.**
- **hidrate-se. Beba 2 litros de água por dia. Um truque é andar com a garrafinha de plástico controlando quantas garrafinhas já tomou.**
- **Vá a uma dermatologista que irá lhe receitar cremes faciais para diminuir o inchaço do rosto e amenizar a olheira.**

Por vezes é recomendado disfarçar as olheiras em vez de se aventurar em tratamentos mais agressivos, para isso existem maquiagens apropriadas.

Olhos inchados

Geralmente são causados por retenção de líquidos, por esfregar os olhos (por exemplo, ao chorar) e por dormir pouco. Mas algumas doenças podem levar ao inchaço, como a conjuntivite e insuficiência renal. Olhos inchados dão um ar pesado ao rosto.

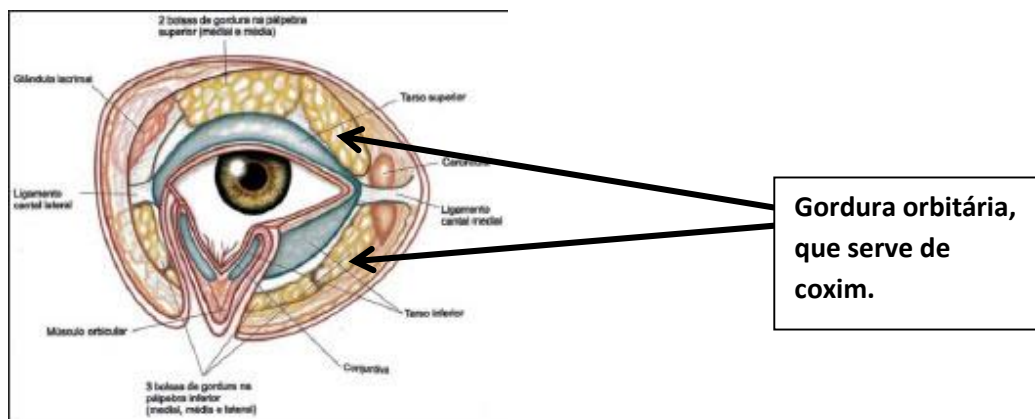
Bolsas embaixo dos olhos

As bolsas embaixo dos olhos **podem ser** removidas cirurgicamente, com resultados satisfatórios.

Mas o que são essas bolsas?

O olho está inserido em uma cavidade óssea e protegido por uma gordura que serve de coxim, **figura 2**.

Figura 2. Cavidade orbitária



Fonte da imagem: www.surgicalcosmetic.org.br

Quando essa gordura **também se localiza na** frente dos olhos, temos esse **“inchaço”**, que deixa a pessoa com aparência de cansada. **(Figura 3)**

As causas são diversas, até mesmo genéticas, e não há colírios e nem pomadas que possam removê-las. A cirurgia estética é a única solução para remover essas bolsas. ~~Ela deve ser realizada em centro cirúrgico, com anestesia e por oftalmologista plástico.~~

Figura 3. Bolsas embaixo dos olhos



Fonte da imagem: www.blogodorium.com.br

Caso você tenha dúvida sobre quando fazer a cirurgia estética, me procure para uma avaliação. (11 3872 2009)