
**INCIDÊNCIA DE ESTRIAS EM MULHERES JOVENS E CUIDADOS
PREVENTIVOS: ESTUDO TRANSVERSAL**

Amanda Mayumi Nishibe¹
Talitha Allegretti de Lima²

RESUMO

Fisiologicamente, as estrias são consideradas um rompimento das fibras elásticas na derme que causa as atrofia lineares (GOMES, DAMAZIO, 2009). O surgimento da estria, desordem multifatorial, é basicamente um desequilíbrio elástico caracterizando, portanto, uma lesão da pele (GUIRRO, GUIRRO, 2002). Gomes e Damazio (2009), reforçam a origem multifatorial e também apontam o uso de corticóides e hormônios como causas da afecção. O objetivo da pesquisa foi avaliar a incidência e o conhecimento de mulheres jovens sobre a prevenção das estrias. A pesquisa consistiu em estudo transversal do qual a coleta dos dados ocorreu entre junho e agosto de 2015, sendo aplicado questionário e realizada avaliação física da presença de estrias nas voluntárias. Fatores genéticos e desequilíbrios hormonais estavam presentes como principais fatores predisponentes. O sedentarismo, gestação, ganho de peso e maus hábitos alimentares tiveram valores representativos e pareceram ser determinantes para o aparecimento das estrias. Ainda, 79% das voluntárias afirmaram não possuir conhecimento sobre a prevenção de estrias.

66

Palavras-chave: Estrias. Incidência. Prevenção.

ABSTRACT

Physiologically, stretch marks are considered a disruption of the elastic fibers in the dermis that causes linear atrophies (GOMES, DAMAZIO, 2009). The appearance of stretch marks, a multifactorial disorder, is basically an elastic imbalance characterizing a skin lesion (GUIRRO, GUIRRO, 2002). Gomes and Damazio (2009) reinforce the multifactorial origin and indicate the use of steroids and hormones as causes of the disease. The objective of this research was to evaluate the incidence and knowledge of the prevention of stretch marks in young women. The research consisted of a cross-sectional study in which data collection took place between June and August 2015, with the application of a questionnaire and physical assessment of stretch marks on the volunteers. Genetic factors and hormonal imbalances were present as main predisposing factors. A sedentary lifestyle, pregnancy, weight gain and poor eating habits showed representative values and appeared to be decisive in the appearance

¹ Discente do Centro Universitário Filadélfia – UniFil

² Orientadora Centro Universitário Filadélfia – UniFil

of stretch marks. In addition, 79% of the volunteers said they did not have knowledge about prevention of stretch marks

Keywords: Stretch marks. Incidence. Prevention.

INTRODUÇÃO

As estrias são uma das principais reclamações estéticas, principalmente das mulheres. Podem ser qualificadas como linhas de diferentes espessuras, coloração e formas. No princípio são avermelhadas e, conforme o tempo que está instalada evolui para uma coloração esbranquiçada (VANZIN, CAMARGO, 2011).

Segundo Guirro e Guirro (2002), a estria é caracterizada por atrofia tegumentar adquirida, possui aspecto linear e localiza-se paralelamente umas às outras. O surgimento da estria é basicamente um desequilíbrio elástico caracterizando, portanto, uma lesão da pele. Há fortes evidências de que o aparecimento das estrias na pele seja multifatorial e, além dos fatores endocrinológicos e mecânicos, existe também uma pré-disposição genética e familiar. Gomes e Damazio (2009) reforçam a origem multifatorial e também apontam o uso de corticóides e hormônios como causas da afecção.

É um problema de ordem estética bastante comum em certas etapas da vida como na adolescência e na gravidez, onde é associada ao rápido aumento do peso corporal, além do aumento do volume das mamas e do abdome (GOMES, DAMAZIO, 2009).

O tratamento da estria varia com a evolução, as aplicações de substâncias tóxicas devem ser específicas para cada fase que a estria apresenta (MILANI G. B., et al., 2006).

Assim, o objetivo da pesquisa foi avaliar a incidência e o conhecimento de mulheres jovens sobre a prevenção das estrias.

METODOLOGIA

A pesquisa consistiu em estudo transversal do qual a coleta dos dados ocorreu entre junho e agosto de 2015, sendo aplicado questionário e realizada avaliação física da presença de estrias nas voluntárias, estudantes do curso superior Tecnológico de Estética e Cosmética do Centro Universitário Filadélfia – Unifil.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Centro Universitário Filadélfia (UNIFIL) com o número do comprovante 106371/2014. Todas as participantes tiveram suas identidades preservadas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Responderam o questionário 135 alunas. Destas, 70 realizaram avaliação física da estrias.

Ao serem questionadas sobre seu conhecimento sobre a prevenção das estrias, 79% das entrevistadas relataram não possuir conhecimento.

Entre os fatores predisponentes mais relatados, a mudança de peso esteve presente em 94%. Isso nos leva a questionamentos de como são os cuidados com a saúde, sendo que a maioria negou realizar atividade física, 71%, e 54% apresentavam hábitos alimentares ruins.

Ainda, além da mudança de peso, fatores como genética e gestação estão entre os maiores, com 53% e 53% respectivamente. Esses dados corroboram com a literatura apontando oscilação de peso e gestação.

Os locais acometidos pela estrias foram: região glútea 100%, mamas 44%, região interna de coxas com 29%, região lateral de coxas com 14%, abdômen 11% e flancos presente em 5% das avaliadas.

CONCLUSÃO

As estrias, sempre foram uma das maiores preocupações entre as mulheres, já que é uma alteração que dificilmente, após surgir, irá desaparecer totalmente.

A maior incidência das estrias é no sexo feminino, surgem principalmente durante a adolescência ou alterações drásticas e /ou muito rápidas no corpo como na gravidez, causando rompimentos das fibras elásticas.

Esta pesquisa ajudou a levantar dados importantes sobre a incidência da estria em mulheres jovens. Ainda, nos mostrou que ainda faltam orientações para essa população com relação a cuidados preventivos, já que grande parte das voluntárias não sabia como se prevenir. Ainda, nos resultados apresentados, podemos observar que mesmo sendo estudantes de estética, muitas alunas que responderam ao questionário não sabiam citar alguma forma de prevenção para estria, o que deixa claro que a maioria da população feminina que não possui nenhum tipo de informação sobre o tema e não busca formas de prevenção adequadas.

Apesar de bons resultados, a pesquisa apresentou algumas limitações, sendo grande a dificuldade na busca de publicações científicas relacionadas ao tema, que apesar de ser comum e os tratamentos para tal disfunção serem muito procurados, ainda faltam comprovações científicas tanto com relação aos tratamentos quanto discussões científicas sobre o assunto. Mais pesquisas na área devem ser incentivadas para gerar subsídios que auxiliem os profissionais que trabalham com estrias.

69

REFERÊNCIAS

BORGES, S. F. **Modalidades terapêuticas das disfunções estéticas**. 2. ed. São Paulo: Phorte, 2010.

DI DIO, L.J.A., SITTART, J.A.S. **Tratado de anatomia sistêmica e aplicada**. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2002.

GUIRRO, E., GUIRRO, R. **Fisioterapia Dermato-funcional: fundamentos, recursos, patologias**. 3. ed. São Paulo: Manole, 2002.

GUIRRO, E., GUIRRO, R. **Fisioterapia Dermato-funcional: fundamentos, recursos, patologias**. 3. ed. São Paulo: Manole, 2004.

GOMES, R.K., DAMAZIO, M.G. **Cosmetologia: descomplicando os princípios ativos**. 3. ed. São Paulo: Livraria Médica Paulista, 2009.

KEDE, M.P.V.; SABATOVICH, O. **Dermatologia estética**. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2009.

MILANI, G. B. et. al. Fundamentos da Fisioterapia dermatofuncional: revisão de literatura. **Revista fisioterapia e Pesquisa**, v. 13, n. 1, p. 37-43, 2006.

ROTTA, O.; SCHOR, N. **Guia de dermatologia, clínica, cirúrgica e cosmiátrica**. São Paulo: Manole, 2008.

SPENCER, A. P. **Anatomia humana básica**. 2. ed. São Paulo: Manole, 1991.

VANZIN, S. B.; CAMARGO, C. P. **Entendo Cosméticos**: diagnósticos e tratamentos. 2. ed. São Paulo: Santos, 2011.