

Acne na adolescência e cuidados com a pele, limpeza e o que realmente funciona

Por Cristiano Ricardo · Publicado em 15/06/2008

Dicas farmacêuticas sobre a oleosidade da pele jovem, cravos, espinhas e como evitar cicatrizes sem tratamentos agressivos.

Versão online e eventuais atualizações:

<https://cristianorichardo.com/post/acne-na-adolescencia-cuidados-com-a-pele-limpeza-e-o-que-realmente-funciona>

A acne é uma das queixas dermatológicas mais frequentes nos jovens. O aumento dos hormônios androgênicos estimula as glândulas sebáceas a produzirem mais sebo, que pode obstruir os poros e facilitar a proliferação da bactéria *Cutibacterium acnes*.

O que fazer na rotina diária?

Lave o rosto duas vezes ao dia com sabonete suave ou com ácido salicílico/enxofre em concentração adequada. Use hidratantes oil-free e protetor solar com toque seco para proteger a pele sem obstruir poros.

O que NÃO fazer?

Nunca esprema espinhas ou cravos: isso empurra a inflamação para camadas mais profundas da derme e pode causar manchas escuras e cicatrizes permanentes.

Quando buscar orientação profissional?

Se houver acne inflamatória com nódulos ou cistos, consulte um dermatologista ou farmacêutico para orientações sobre dermocosméticos ou medicamentos tópicos seguros.

Informação de caráter educativo. Para dúvidas individuais ou sintomas específicos, consulte seu farmacêutico ou médico de confiança.