

EXCLUSIVO
SOMENTE PARA CLIENTES

NATUPRO

XÔ ESTRIAS

*Dicas e receitas caseiras para
prevenir e tratar suas estrias.*

O que são as estrias

As estrias são cicatrizes derivantes de lesões ocasionadas pelo rompimento de fibras elásticas e colágenas que sustentam a camada intermediária de nossa pele. Essas lesões acontecem, normalmente, quando há um estiramento repentino da pele, como acontece na gravidez, por exemplo, e são caracterizadas por linhas paralelas de cor arroxeada, rósea ou branca sobre a superfície da pele.

A condição pode afetar tanto os homens, mas também, e principalmente, as mulheres. Mesmo não causando complicação médica alguma na maior parte dos casos, as estrias são motivos para preocupação estética, por conta da aparência que tem.

Quais são as causas das estrias?

Como já dito, as estrias se originam de um estiramento repentino da pele, que pode ser advindo das seguintes situações:

- *Gravidez;*
- *Puberdade;*
- *Ganho de peso em um curto período de tempo;*
- *Excesso de exercícios físicos;*
- *Colocação de próteses de silicone;*
- *Uso excessivo de anabolizantes;*
- *Aumento de estatura abrupto;*

Tipos de Estrias

É certo que não tem como impedir a barriga de crescer quando se está grávida ou de fazer com que o adolescente não cresça quando ele está na fase da puberdade. Mas, mesmo diante disso e por mais que não haja uma maneira que previna em 100% o surgimento de estrias no corpo, algumas medidas, quando são tomadas, podem sim preveni-las ou, ao menos, retardar o seu aparecimento.

Estrias Vermelhas

Elas possuem esse aspecto geralmente no início, se não tratadas evoluem para as estrias esbranquiçadas que são mais difíceis de tratar.

Estrias Esbranquiçadas

Como já dito, são mais difíceis de tratar, pois são estrias mais velhas e as cicatrizes já estão presentes.



Estrias Esbranquiçadas



Estrias Vermelhas

Como evitar o aparecimento das Estrias

Pois bem, é muito difícil evitar com que elas apareçam, pois varia de pessoa para pessoa, tem gente que é mais propensa ao aparecimento de estrias, outras pessoas não. O que podemos fazer para minimizar o risco do aparecimento de estrias é:

- Ter uma alimentação saudável, rica em frutas vermelhas pois estas aumentam a circulação sanguínea;***
- A drenagem linfática também pode ser uma saída para minimizar o aparecimento das estrias, essa técnica se consiste em uma massagem que reduz a quantidade de líquido retido pelos tecidos;***
- Consumir bastante vitamina C, assim você conseguirá aumentar a produção de colágeno pelo organismo (é encontrada em: laranja, kiwi, tomate, espinafre, goiaba, acerola, etc.);***

Tratamentos para Estria

É certo que não tem como impedir a barriga de crescer quando se está grávida ou de fazer com que o adolescente não cresça quando ele está na fase da puberdade. Mas, mesmo diante disso e por mais que não haja uma maneira que previna em 100% o surgimento de estrias no corpo, algumas medidas, quando são tomadas, podem sim preveni-las ou, ao menos, retardar o seu aparecimento.

Procedimentos Naturais & Caseiros

Nos da NatuPro prezamos pelo conceito da vida natural e acreditamos e já comprovamos diversos tratamentos caseiros e 100% naturais de como reduzir as marcas das estrias.



Receita caseira de beterraba com pêsego;

Você precisará de:

- Casca de uma beterraba;
- Casca de um pêsego;
- Uma colher de sopa de óleo de amêndoas;

Modo de preparo:

- Moer a casca da beterraba e do pêsego;
- Acrescentar uma colher de sopa de óleo de amêndoas;

Como usar:

- Lave bastante a área afetada;
- Aplique a pasta;
- Deixe agir por 20 minutos;
- Retire com água fria;

Dica: água muito quente piora o aspecto das estrias pois deixa a pele muito sensível, portanto, tome banho morno ou frio.

Receita caseira à base de aloe vera;

Você precisará de:

- Uma xícara de azeite de oliva;
- Seis cápsulas de vitamina E ;
- Meia xícara de chá de aloe vera;
- Quatro cápsulas de vitamina A;

Modo de preparo:

- Misturar todos os ingredientes em uma tigela de vidro;

Como usar:

- Lavar bem a área afetada;
- Aplicar a pasta com movimentos suaves e circulares sobre a área;
- Deixar agir por 20 minutos;
- Lavar com água fria;
- Repetir esse processo por pelo menos 2 vezes na semana;





Receita caseira com vitamina E;

A vitamina E atua como um poderoso antioxidante natural protegendo as fibras de colágeno da pele. Você encontra vitamina E em: sementes de girassol, espinafre, amêndoas, abacate, em cápsulas, etc.

Você precisará de:

Duas cápsulas de vitamina E;

Uma loção hidratante a base de óleo de amêndoas;

Modo de preparo:

Misture os ingredientes em uma tigela de vidro;

;

Como usar:

Use quantas vezes desejar por dia, sendo no mínimo 2 vezes;

NATUPRO

Um material desenvolvido carinhosamente
pela equipe NatuPro Caps.

www.natuprocaps.com