

## **CONTRIBUIÇÃO DO TABAGISMO PARA O ENVELHECIMENTO CUTÂNEO**

Andreska Pires Claudino<sup>1</sup>

Ana Rayanne de Melo Araújo<sup>1</sup>

Glauciany Lopes Bidô<sup>1</sup>

Rayane Luiz Pereira Santos<sup>1</sup>

Dêmia Kellyani Eleoterio Veiga<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Discente do curso de Nutrição da Faculdade Maurício de Nassau Campina Grande (FMN-CG)

<sup>2</sup>Doscente do curso de Nutrição da Faculdade Maurício de Nassau Campina Grande (FMN-CG).

**INTRODUÇÃO:** O envelhecimento é natural e deveria ser um processo sem traumas e controlado a partir de cuidados adequados. É cada vez maior o interesse das pessoas por uma pele jovem, isenta de rugas e manchas, e assim sofrem muito em decorrência do envelhecimento. Ao longo dos anos pesquisas foram desenvolvidas pelo ser humano com o objetivo de trazer melhorias, ele também copiou hábitos, que ao longo do tempo vêm prejudicando sua saúde e sua vida. Entre hábitos está o de fumar, que inicialmente parecia uma forma de apenas proporcionar prazer, mas que atualmente apresenta inúmeros malefícios. O cigarro pode ser visto como um fator de risco para a saúde humana, já que compromete várias funções do organismo, e segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), até 2020 será a principal causa de morte por ano no mundo. O fumante tem 4,7 vezes mais chances de ter rugas que o não-fumante, pesquisas recentes mostram que a nicotina causa uma queda de 40% na produção do colágeno, pois a mesma produz uma enzima que destrói os



## Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

fibroblastos, principal célula secretora do colágeno, fazendo com que o tecido conjuntivo perca a elasticidade, acelerando o processo de envelhecimento. A nicotina bloqueia as ligações da elastina (proteínas fibrosas e elásticas), reduz o manto lipídico da pele, tornando-a mais seca e opaca. OBJETIVOS: Realizar uma revisão bibliográfica sobre o envelhecimento cutâneo precoce causado pelo cigarro e analisar os efeitos nocivos do tabagismo no envelhecimento facial. METODOLOGIA: Trata-se de um estudo qualitativo, do tipo descritivo exploratório, com a utilização dos seguintes descritores de palavras-chaves para recuperação do resumo: envelhecimento cutâneo, tabagismo. Consiste em estudar os vários métodos disponíveis, identificando suas limitações ou não, a nível das implicações de suas utilizações, é um conjunto de procedimento utilizados por técnicas e sua teoria geral. RESULTADOS: O Tabagismo é fator de risco independente para o envelhecimento cutâneo, confirmando os efeitos nocivos do cigarro sobre a pele, tais como: envelhecimento precoce; flacidez; diminuição da hidratação natural da pele; pele com pigmentação amarelada, cinza ou avermelhada; proeminência dos contornos ósseo da face; maiores chances de câncer de pele; unhas e pontas dos dedos amarelados. Estes fatores são causados pela diminuição de oxigênio devido à fumaça do cigarro, seus componentes são responsáveis pela produção de radicais livres acelerando o envelhecimento cutâneo. CONCLUSÃO: Os resultados deste trabalho reafirmam os efeitos cutâneos do cigarro na aceleração do processo de envelhecimento. É importante aceitar o envelhecimento como parte indispensável da vida, dessa forma, levar uma vida saudável e fazer com que o envelhecimento ocorra no seu tempo. Portanto, a adoção de um estilo de vida saudável, excluindo práticas nocivas, tais como o tabagismo, contribui de forma significativa para retardar o envelhecimento.

**Palavras-chave:** Tabagismo; Envelhecimento da pele; Efeitos cutâneos.