



Roupas escuras, como a da atriz Maria Grazia Cucinotta, podem evidenciar o problema. Por sorte, ela não sofre de sudorese e pode levantar os braços à vontade

Foto: Divulgação

## Sem constrangimento para você e para suas axilas

Se existe uma coisa que ninguém gosta, mas que muita gente está sujeita, é o excesso de suor nas axilas. Independentemente do cheiro, só o fato de estar com a roupa molhada embaixo do braço – formando a famosa e mal falada 'pizza' – é para deixar qualquer pessoa embaraçada. Menos mal que o problema é tratável. A seguir, a médica Gisele Barbosa, especialista em dermatologia estética, explica o que é a sudorese excessiva, quais suas causas e como tratar. Confira!

### DEFINIÇÃO

Termos aceitos: Hiperidrose. Transpiração excessiva ou Sudorese excessiva.

Todos nós temos uma sudorese fisiológica, que é normal. É a forma do corpo regular a temperatura através da perda de água e sais minerais por transpiração. Acontece quando se realiza exercícios físicos ou se fica exposto ao sol, por exemplo. O problema ocorre quando o suor excessivo ocasiona desconforto e constrangimento, dificulta as atividades do dia-a-dia e interfere no trabalho, no lazer e nas atividades sociais, e nesse caso, se classifica como Hiperidrose. Se essa sudorese exagerada trazer também odor fétido, chama-se Bromidrose. A bromidrose é causada pela decomposição do suor, por bactérias e fungos e contribui para o

aparecimento de doenças de pele.

### CAUSAS

As causas podem ser as mais diversas, desde obesidade, menopausa, uso de determinadas drogas antidepressivas, distúrbios psiquiátricos, alterações endócrinas (como hipertireoidismo), neurológicas com disfunção do sistema nervoso e, até mesmo, desconhecidas em alguns casos.

### FATORES EXTERNOS

Os fatores desencadeantes da sudorese excessiva são o aumento da temperatura ambiente, o exercício, a febre, a ansiedade e a ingestão de comidas condimentadas.

### TRATAMENTOS

Além da orientação sobre hábitos de vida e de higiene, existem os tratamentos clínicos, tratamento com toxina botulínica e tratamento cirúrgico. A escolha vai depender da intensidade dos sintomas.

#### • Tratamentos clínicos

- Uso de outros antiperspirantes e adstringentes: estes produtos devem ser aplicados sobre a pele seca, após banho frio, imediatamente antes de deitar-se. Apresentam o inconveniente de causar dermatite de contato ou deixar a pele com coloração amarelada.

- Opção clínica mais eficaz, na opinião da dermatologista Gisele Barbosa: uso de desodorantes anti-transpirantes com resultados muito satisfatórios.

- Tratamento medicamentoso sistêmico, com drogas antidepressivas, ansiolíticas e anticolinérgicas, mas que podem proporcionar apenas alívio parcial e apresentam efeitos colaterais indesejáveis, como alteração da visão, boca seca, problemas urinários, sedação, entre outros.

#### • Botox

Sugerida para os pacientes que já tentaram as opções de tratamento clínico e acharam pouco satisfatórias, a toxina botulínica hoje é bastante usada para o controle da hiperidrose ou suor excessivo nas axilas. Existem estudos comprovando que 92% dos pacientes ficam satisfeitos com os resultados. São feitas aplicações diretamente na região em que o suor é produzido excessivamente, provocando a diminuição ou a interrupção da produção de suor pelas glândulas sudoríparas. Essas injeções podem ser realizadas após a aplicação de creme anestésico local.

O procedimento é simples, realizado sem internação, sem a necessidade de anestesia, e o paciente pode retornar às suas atividades normais no mesmo dia. Os resultados começam a aparecer após 72 horas e atinge o efeito máximo após 2 a 3 semanas da aplicação. O efeito dura em média de 6 a 8 meses.

Quando aplicada na pele, a toxina botulínica neutraliza a liberação de acetilcolina (neurotransmissores) pelos nervos que atuam sobre as glândulas sudoríparas. Os nervos, propriamente ditos, não são lesados, então após alguns meses começam a ocorrer novos brotos nesses nervos e, portanto, a liberação de neurotransmissores é retomada (voltando o estímulo das glândulas e o suor), necessitando assim de reaplicação da toxina botulínica.

#### • Operação

O tratamento cirúrgico, por ser mais invasivo e necessitar de internação com anestesia geral, é a última alternativa, indicada apenas para os casos graves. A cirurgia se chama Simpatetomia Torácica por Videotoroscopia e interrompe a transmissão dos nervos responsáveis pelo suor excessivo. Além do risco cirúrgico, existe o risco de hiperidrose compensatória, ou seja, no local que foi operado não sua mais, mas o suor exagerado pode ser migrado para outras regiões do corpo que até então não eram afetadas.

### DICAS PARA O DIA-A-DIA

- Use roupas claras, pois as cores escuras deixam mais evidentes a marca de suor e absorvem mais o calor;
- Use também blusas de mangas sempre de algodão ou de linho, que absorvem o suor debaixo dos braços;
- Evite roupas de tecidos sintéticos, como lycra ou poliéster, que não absorvem o suor e dificultam a evaporação;
- Evite banhos muito quentes, que elevam a temperatura do corpo, fazendo você suar muito mais após o banho.

Serviço:

Dra Gisele Barbosa - Dermatologia Estética

[www.dragisele.med.br](http://www.dragisele.med.br)

[atendimento@dragisele.med.br](mailto:atendimento@dragisele.med.br)