

# O que você precisa saber sobre

## Camouflage cosmética

### O que é?

Camouflage cosmética, ou simplesmente camuflagem, é um tipo de maquiagem usada para disfarçar lesões de pele que sejam esteticamente incômodas. Realizada por meio de uma técnica fácil de ensinar e de aprender, o seu uso promove melhora imediata da aparência da pele e, conseqüentemente, da qualidade de vida dos pacientes.



### Quem pode usar?

Todos os pacientes que apresentem lesões de pele que não estejam ativas podem usar a camuflagem, desde que não tenham alergias aos produtos.

Se a lesão estiver ativa, recomenda-se tratá-la antes de aplicar a maquiagem. (Converse com seu médico para saber como está sua lesão).

### E quais são os "tipos" de lesões de pele no lúpus?

Aproximadamente 80% dos pacientes com lúpus sistêmico apresentam diferentes manifestações na pele:

- As lesões agudas (lúpus cutâneo agudo) são manchas avermelhadas nas maçãs do rosto ou no dorso do nariz, que curam sem deixar cicatriz.

- As lesões subagudas (lúpus cutâneo subagudo) são placas avermelhadas em regiões de maior exposição à luz (nos braços, na região do decote). As lesões apresentam formato de anel ou de placas avermelhadas descamativas, que podem deixar manchas claras na pele ao cicatrizarem.
- As lesões crônicas (lúpus cutâneo crônico) mais comuns são chamadas de lesões discoides. Frequentemente são encontradas na face, couro cabeludo e orelhas, nos braços e no decote. Geralmente, causam cicatrizes, com atrofia e alterações na cor da pele (manchas claras e manchas escuras).

### LEMBRE-SE!

Todas essas manifestações na pele são intensificadas pelo sol, dessa forma o uso de proteção solar em pessoas com lúpus é essencial para evitar lesões na pele e o agravamento da doença.



### ATENÇÃO!



Fumar tem sido associado a formas mais graves de lesões na pele e pior resposta ao tratamento.

## Qual produto eu posso usar para fazer a camuflagem?

Os cosméticos utilizados para a técnica da camuflagem são diferentes dos convencionais, porque apresentam algumas características específicas para promover boa aderência e aparência natural. Os produtos devem ser:

- Opacos e de finalização fosca (matte)
- Sem gordura
- Resistentes à água
- De fácil aplicação
- De longa duração
- Sem fragrância
- Compatíveis com todos os tipos e tons de pele
- Não irritativos e hipoalergênicos (não causam alergia)
- Não comedogênicos (não causam cravos ou espinhas)



## Qual a técnica para aplicação?

O treinamento para aplicação da camuflagem cosmética é essencial, porque as técnicas são diferentes das usadas para maquiagens comuns, para gerar resultados mais naturais.

Assim, os passos indicados são:

- 1** Preparação da pele com limpeza, hidratação e proteção solar
- 2** Correção de cor das lesões para que fiquem no tom da pele
- 3** Cobertura com base das lesões já corrigidas e da pele do rosto
- 4** Finalização com pó solto incolor para fixação



Camouflage Cosmética

Aponte o celular para o QR Code acima para assistir a um vídeo demonstrativo sobre como realizar o passo-a-passo da camuflagem cosmética!

Não se esqueça de que a *Camouflage Cosmética* deve ser totalmente removida, utilizando água e sabão. Se o produto for oleoso, o uso de água micelar pode ser indicado.

Utilize a camuflagem para melhorar a aparência da pele, para disfarçar as lesões relacionadas ao lúpus, e o mais importante: para se sentir bem consigo mesma!



Acompanhe nossa página @lupusufmg no Instagram e no Facebook!