

A INFLUÊNCIA DO TABAGISMO NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO PRECOCE

Eduardo de Oliveira dos Santos

Acadêmico do Curso de Educação Física do UniCesumar

Daniele Zaghi Leal

Acadêmica do Curso Estética e Cosmética do UniCesumar

Carmem Patrícia Barbosa Lopes

Professora do UniCesumar e do DCM/UEM

Embora ter uma aparência jovem e saudável seja o eterno desejo de todos, fisiologicamente isto é impossível uma vez que o envelhecimento é considerado um processo natural do ciclo da vida. Este fenômeno pode se dar de forma intrínseca (devido alterações inevitáveis que ocorrem com o passar do tempo) ou extrínseca (em decorrência de influências externas). Dentre as formas extrínsecas de envelhecimento destacam-se os fatores ambientais como exposição solar excessiva, hábitos de vida e tabagismo. Os malefícios do tabagismo decorrem do fato de o cigarro conter centenas de substâncias maléficas à saúde as quais prejudicam a oxigenação tecidual. A nicotina, por exemplo, predispõe ao vício, bloqueia as ligações da elastina, reduz o manto lipídico da pele tornando-a seca e opaca e acelerando o processo de envelhecimento. Além disso, favorece a degradação dos fibroblastos (principal célula secretora de colágeno) fazendo com que o tecido conjuntivo perca gradualmente sua elasticidade. Assim, cada vez que um trago de fumaça é inalado, o corpo produz radicais livres que reagem com materiais biológicos desencadeando reações em cadeia que danificam as células acelerando o envelhecimento e o aparecimento de doenças. Vale lembrar que a conservação da pele vai além da beleza uma vez que ela além de representar nosso maior órgão em termos de extensão e peso, tem função protetora, térmica e sensitiva apresentando inúmeros receptores nervosos. Por isso, saúde, beleza e cigarro definitivamente não combinam. Assim, cabe a cada um fazer sua escolha. Faça já a sua!