

**Técnicas de extração dos comedões: Revisão de Literatura*****Technical extraction of comedones : Literature Review***Aline Salgado Melazo<sup>1</sup>, Giulliano Gardenghi<sup>2</sup>**Resumo**

**Introdução:** Atualmente, observa-se que as pessoas se preocupam muito com a aparência. Cuidar da pele do rosto, passa de uma simples preocupação estética para uma questão de saúde e autoestima. Uma experiência desagradável e que causa muito incômodo no indivíduo, é a acne. Esta afecção os leva a buscar vários recursos para sanar este problema. Neste contexto, a limpeza de pele profunda é uma das terapias que visa não somente a eliminação dos indesejáveis “cravinhos”, mas também uma total satisfação do paciente após este procedimento, que depende do estado que esta pele irá se encontrar após sua manipulação. Para isso é necessário que seja realizada uma técnica de extração adequada, que seja eficiente, mas que não promova traumas e manchas indesejáveis.

**Objetivo:** Do ponto de vista teórico, o presente estudo tem o objetivo de apresentar as técnicas de extração dos comedões na limpeza de pele profunda. **Metodologia:** Foi realizada uma pesquisa bibliográfica, encontrei 11 artigos, pesquisando Pubmed, Scielo e Google Acadêmico. **Resultados/Considerações finais:** São várias as técnicas disponíveis, porém observamos que ainda são necessários mais estudos para se chegar a um consenso de qual a técnica exata de extração para cada tipo de comedão. O protocolo de uma limpeza de pele profunda deve ser específico para cada indivíduo para obter satisfação e eficiência no tratamento. A pressão a ser exercida vai depender da resistência dos comedões e da sensibilidade da pele do paciente.

**Descritores:** Comedão, extração, limpeza de pele e acne

**Abstract**

**Introduction:** Nowadays, it is observed that people care a lot about appearance. Facial skin care has passed of a simple cosmetic concern to a matter of health and self-esteem. An unpleasant experience and that causes a lot of troubles for a huge number of people, is acne. This condition leads us to seek several resources to remedy this problem. In this context, deep skin cleansing is one of these therapies aimed not only the elimination of undesirable "blackhead", but it is also method to give a complete patient satisfaction after the treatment, this results depends on the state that the skin will be found after its manipulation. This requires a technique that is performed adequately extraction, which is efficient but does not make undesirable trauma and stains. **Objective:** From a theoretical point of view, this study goals is show the comedones extraction techniques in deep skin cleansing. **Methods:** A literature search was performed and 11 articles was found by searching in Pubmed, scielo and academic google. **Results / Final Thoughts:** There are many techniques available for extration comedos , but it is possible to note that still more research is needed to reach a consensus on what the exact technique of extraction for each type of comedo . The protocol of a deep skin cleansing should be specific to each person to obtain satisfaction and efficiency in the treatment . The pressure to be exerted will depend on the resistance of comedones and sensitivity of the patient's skin.

**Keywords:** comedo extraction, skin cleansing and acne

1. Fisioterapeuta, Graduada pela UniEvangélica de Anápolis-GO – Brasil.

2. Fisioterapeuta, Doutor em Ciências pela FMUSP, Coordenador Científico do Serviço de Fisioterapia do Hospital ENCORE/GO, Coordenador Científico do CEAFI Pós-graduação/GO e Coordenador do Curso de Pós-graduação em Fisioterapia Hospitalar do Hospital e Maternidade São Cristóvão, São Paulo/SP – Brasil.
-

## Introdução

A fisioterapia dermato-funcional vem ampliando a sua atuação no mercado de trabalho. Esta especialidade visa melhorar e restaurar a função da pele, contribuindo assim para melhora da imagem pessoal, o bem-estar e o aumento da autoestima. O profissional atuante trata de distúrbios estéticos faciais e corporais, utilizando-se para isso de diferentes técnicas e recursos terapêuticos manuais, eletroterápicos e cosmeceuticos. Uma necessidade de boa parte da população é o controle da acne, através da eliminação dos comedões, conhecidos como “cravos”, que sendo feito por profissional habilitado e experiente, promove melhoria imediata no aspecto da pele e acentua a satisfação do paciente, pois a extração realizada com princípios de antisepsia elimina as lesões inflamatórias da acne e reduz o grau de comprometimento clínico<sup>1</sup>.

Clinicamente, a acne é vista como uma doença genético-hormonal, crônica, inflamatória que acomete as glândulas sebáceas e o folículo piloso de algumas regiões do corpo humano, em especial da face e tronco. É caracterizada inicialmente pela presença de um comedão ou “cravo”. Pode ter características inflamatórias (pápulas, pústulas e nódulos) e não-inflamatórias (comedões).<sup>2</sup> É uma das principais queixas estéticas e acomete ambos os sexos e todas as cores em qualquer momento da vida. Sua incidência é cerca de 85 a 100 % da população, sendo causada por alterações hormonais, emocionais, estresse, predisposição genética, entre outros fatores<sup>3</sup>. Esta afecção dermatológica provoca alterações físicas e emocionais nos indivíduos acometidos em consequência do aspecto inestético que a pele passa a apresentar em virtude da formação de comedões, pápulas, cistos, nódulos e pústulas, que tendem a gerar cicatrizes deprimidas ou hipertróficas na pele<sup>4</sup>.

Do ponto de vista teórico, o presente estudo tem o objetivo de fazer um levantamento das técnicas de extração dos comedões, visto que para que uma limpeza de pele tenha um bom resultado e alcance um nível de satisfação do paciente, é necessário que haja mínima dor, nenhum trauma ou hiperpigmentações indesejáveis.

Meu interesse em desenvolver este estudo se deu por saber que a limpeza de pele é um procedimento eficaz, sendo útil e adequado, no tratamento da acne não-

inflamatória. Por isso, este estudo se justifica e poderá contribuir para o maior conhecimento das técnicas utilizadas durante a extração dos comedões.

## **Metodologia**

O estudo consiste em uma revisão de literatura sobre as técnicas de extração dos comedões na limpeza de pele profunda. Esta revisão foi conduzida por meio de informações obtidas na base de dados: *scielo*, *google acadêmico* e *pubmed*. Palavras-chaves utilizadas: Comedão, extração, limpeza de pele e acne. Objetivou-se chegar a um artigo de revisão de literatura, que incluísse revisões sistemáticas e ensaios clínicos, randomizados ou não, que pudessem refletir a melhor evidência disponível na literatura. Frente à necessidade de discussão sobre o tema foram inclusos 11 artigos encontrados na literatura devido a sua especificidade do assunto.

## **Desenvolvimento**

A pele é o maior órgão do corpo humano, que tem como funções proteger do ambiente externo, controlar a perda de água, regular a temperatura corporal e também tem função sensorial. A pele apresenta-se como um elemento de identificação de uma pessoa. A pele é composta de 3 camadas principais: a epiderme, a derme e a hipoderme. Cada camada possui características e funções específicas.

A acne é uma dermatose crônica que acomete as glândulas sebáceas e o folículo piloso de algumas regiões do corpo, em especial da face e tronco. Ocorre em ambos os sexos, em todas as raças, embora seja menos intensa em orientais e negros. Segundo dados americanos, a acne afeta 80-85% dos indivíduos com idades compreendidas entre os 12 e os 25 anos, caindo este número para 8% nos indivíduos entre os 25 e os 34 anos, e para 3% entre os 35 e os 44 anos. Geralmente é mais grave nos homens mas mais persistente nas mulheres. As lesões inflamatórias são dolorosas e os episódios de exacerbação da acne podem provocar uma baixa autoestima, perda de autoconfiança, isolamento social e mesmo depressão<sup>3,5</sup>.

Existem 04 distúrbios locais na pele que favorecem o aparecimento da acne:

1 – Hiperqueratinização: Na região mais superficial do folículo, ocorre uma queratinização em excesso, que obstrui o orifício folicular, dificultando a saída do sebo produzido pelas glândulas sebáceas, formando o comedão. No início é um microcomedão, invisível clinicamente, constituído por corneócitos (células queratinizadas) acumulados no infundíbulo. O aumento contínuo dos corneócitos, determina a formação do comedão fechado, ou cravo branco. O aumento dos corneócitos e sebo, por hipersecreção sebácea, ocasiona a formação do comedão aberto, ou cravo preto, com cor escura na extremidade.

Durante a puberdade, há um excesso de produção de queratina pelas células da pele no folículo piloso, que causa a obstrução do orifício folicular e a formação dos comedões ou cravos<sup>6</sup>;

2 – Hipersecreção sebácea: devido a ação dos hormônios andrógenos (principalmente a testosterona), na adolescência as glândulas sebáceas produzem um excesso de sebo; O aumento da produção de sebo acaba obstruindo seu canal de saída de secreção então forma-se o cravo (pode ser um ponto branco ou enegrecido). O local onde aparece o cravo pode ser contaminado por bactérias, ocorrerá inflamação do local e aparece a espinha. O processo pode se agravar e termos aparecimento de nódulos e cistos que produzem pus e sangramento.

3 – Proliferação de bactérias: elas participam da patogênese da acne. Na porção profunda do folículo pilossebáceo, são encontrados abundantemente o *Propionibacterium acnes*. Essa bactéria age sobre o sebo, liberando ácidos graxos que são irritantes para a parede do folículo piloso e que induzem a queratinização desta.

4 – Inflamação local: a pressão do sebo acumulado pode romper o epitélio folicular e a proliferação dos microorganismos atua na derme circunjacente. Inicia-se assim o processo inflamatório<sup>7</sup>.

As manifestações clínicas mais comuns são: oleosidade excessiva, comedões (aberto ou fechado), pápulas, pústulas, nódulos e abcessos. Do ponto de vista clínico, a acne classifica-se em dois tipos:

- 1) Acne inflamatória, é classificada em cinco graus, de acordo com a intensidade, quantidade e características das lesões: Grau I – Acne

Comedogênica; Grau II – Acne Papulopustulosa; Grau III – Acne Nódulo-cística; Grau IV – Acne Conglobata; Grau V–Acne fulminans.

- 2) Acne não-inflamatória, quando apresenta somente comedões, sem sinais inflamatórios<sup>6</sup>;

Os comedões podem ser de dois tipos: comedões abertos e comedões fechados<sup>11</sup>. O comedão fechado (cravo branco) é caracterizado por elevação cutânea de cor esbranquiçada ou amarelada, sendo mais visível quando a pele é esticada ou distendida<sup>12</sup>. O comedão aberto (cravo preto), caracteriza-se por ser uma lesão ligeiramente elevada, visível, possuindo um ponto acastanhado ou negro, que pode atingir 5mm de diâmetro.

A desobstrução dos comedões, conhecida popularmente como limpeza de pele, deve seguir algumas regras básicas. Não se deve deixar que o próprio paciente faça a extração manual de suas lesões, para não causar cicatrizes ou manchas residuais. A melhor maneira é a extração dos comedões por profissionais experientes<sup>7</sup>.

O tratamento fisioterapêutico é composto por recursos com a finalidade de promover controle da inflamação, renovação celular, hidratação e nutrição da pele, controle bacteriostático e analgesia. Dentre estes recursos podemos citar eletroterapia, crioterapia e terapias manuais<sup>5</sup>.

Na prática, a limpeza de pele pode ser indicada em todos os graus de acne, pois tem ação importante no esvaziamento de lesões inflamatórias (pústulas) e principalmente nas lesões não inflamatórias (comedões abertos), evitando a evolução para pústulas. Procura-se, portanto, eliminar com traumas mínimos as lesões pustulosas e comedogênicas, preservando a pele normal ao redor. A remoção dos comedões promove melhoria imediata e acentua a satisfação do paciente, pois a extração com princípios de antisepsia elimina as lesões inflamatórias da acne e reduz o grau de comprometimento clínico<sup>1</sup>.

### **Formas de extração**

O uso de vapor suave é utilizado previamente para amolecer os comedões. Evita-se o excesso de pressão ao removê-los manualmente<sup>8</sup>.

### Ilustração 1: Aparelho de vapor de ozônio



Fonte: Imagens retiradas dia 27/07/2015 do site: <http://www.studioslim.com.br/tratamentos.html>

A forma de extração mais comumente realizada é a extração manual com as pontas dos dedos envoltos em algodão ou gaze. A força é exercida em 2 pontos até que o comedão seja removido completamente<sup>7</sup>.

### Ilustração 2: Extração manual com a ponta dos dedos envoltos em algodão.



Fonte: Imagens retiradas dia 27/07/2015 do site: <http://www.clinicavirgo.com.br/tratamento-estetica-beleza/10/limpeza-de-pele>

O uso de tubos de vidro descartáveis tem sido utilizado há 15 anos em uma clínica. Os autores que desenvolveram a técnica utilizam tubos capilares de vidro para microhematócrito sem heparina como instrumento para extração dos comedões. Eles possuem 75mm de comprimento, 1mm diâmetro interno, 1,5mm

diâmetro externo e relatam ter menos chance de traumatizar a lesão que está sendo tratada com este instrumento<sup>1</sup>.

Ilustração 3: Tubo capilar de vidro para microhematócrito sem heparina descartável



Fonte: Imagens retiradas dia 27/07/2015 do site:

[http://www.usc.br/biblioteca/salusvita/salusvita\\_v31\\_n1\\_2012\\_art\\_06.pdf](http://www.usc.br/biblioteca/salusvita/salusvita_v31_n1_2012_art_06.pdf)

Os extratores metálicos são dispositivos reutilizáveis disponíveis para a extração de comedões abertos cuja superfície metálica entra em contato com a pele e o profissional exerce uma pressão e o comedão é expulso<sup>9</sup>.

Ilustração 4: Extrator metálico – Cureta alça dupla



Fonte: Imagens retiradas dia 27/07/2015 do site: <http://lista.mercadolivre.com.br/cuidados-rostro/extrator-de-cravos>



Ilustração 5: Extrator metálico – Remoção dos comedões na região da face



Fonte: Imagens retiradas dia 27/07/2015 do site: <http://www.youtube.com.br>

Ilustração 6: Extrator metálico – Remoção dos comedões na região do nariz



Fonte: Imagens retiradas dia 27/07/2015 do site: <http://modaebelleza.org/como-tirar-cravos-do-nariz/>

A extração mecânica com o uso de extratores de comedões associada à uma pequena incisão na epiderme utilizando uma agulha, é utilizada para a extração de comedões fechados. Segundo os autores é uma técnica segura, de fácil execução e não deixa cicatrizes residuais se executada corretamente. Porém se o paciente relatar dor desconforto secundário à pressão, o profissional deve reavaliar a técnica<sup>10</sup>.

Outra forma de expelir os comedões é através de um aparelho de vacuoterapia. Os autores relatam ter resultados satisfatórios com este método, porém não tem estudos que comprovam a eficácia da técnica. Utiliza-se uma

ventosa cujo orifício possui um diâmetro pequeno e utiliza uma pressão máxima de sucção, indo de 300 mmHg (alta) à 600 mmHg (máxima),<sup>11</sup>.

Ilustração 7: Extração dos comedões utilizando aparelho de vacuoterapia



Fonte: Imagens retiradas dia 27/07/2015 do site: <http://cabeloecianews.webnode.com.br>

Ilustração 8: Aparelho de vacuoterapia - Kit de aplicadores faciais



Fonte: Imagens retiradas dia 27/07/2015 do site: <http://cappefisio.com.br>

Recentemente foi lançado um aparelho em formato de uma caneta para a remoção de comedões. Possui suas ponteiros descartáveis confeccionadas em polietileno. O aparelho deve ser trabalhado na direção perpendicular, centralizando o cravo na ponteira e fazendo leves pressões (de 1 a 3) até que seja removido. Vídeos demonstrativos mostram a extração de inúmeros comedões e os mesmos são removidos de forma aparentemente segura, sem traumatizar a pele<sup>12</sup>.

Ilustração 9: Caneta removedora de comedões com ponteiros descartáveis confeccionadas em polietileno



Fonte: Imagens retiradas dia 27/07/2015 do site: <http://www.youtube.com.br>

## **Conclusão**

São referidos na literatura alguns métodos de extração dos comedões, porém ainda não há um consenso sobre qual a técnica exata de extração ou protocolo de tratamento.

Vale salientar que todos os métodos devem ser realizados por profissional experiente. A pressão exercida deve ser realizada com cuidado para não causar traumas e eritemas na pele do paciente. Uma técnica mal realizada pode aumentar o desconforto e a dor, aumentar o risco de discromias e cicatrizes indesejadas.

O protocolo de uma limpeza de pele profunda também deve ser específico para cada indivíduo. A pressão a ser exercida vai depender da resistência dos comedões e da sensibilidade da pele do paciente.

Destaca-se, então, a importância do aprofundamento de mais estudos sobre as técnicas de extração, haja vista que a acne não-inflamatória é uma afecção presente em diferentes faixas etárias, sexo, cor e necessita ter um tratamento bem-sucedido livre de traumas, dor, ou hiperpigmentações indesejáveis.

## Referências

1. Alvares DB, Taborda VBA, Alma JM. Acne vulgar: avanços na técnica combinada de limpeza de pele associada ao peeling ultrassônico e a fotobioestimulação com LEDs. [periódicos na internet]. 2012 [acesso em 12 mai 2015]; Disponível em: [http://www.usc.br/biblioteca/salusvita/salusvita\\_v31\\_n1\\_2012\\_art\\_06.pdf](http://www.usc.br/biblioteca/salusvita/salusvita_v31_n1_2012_art_06.pdf)
2. Zucheto G, Brandão M, Taschetto, A, Alves M. Acne e seus tratamentos: uma revisão bibliográfica. [periódicos na internet]. 2011 [acesso em 12 mai 2015]; Disponível em: <http://www.unifra.br/eventos/sepe2011/Trabalhos/1870.pdf>
3. Vaz AL. Acne vulgar: bases para o seu tratamento. [periódicos na internet]. 2003 [acesso em 12 mai 2015]; Disponível em: <http://www.vandressabueno.com.br/wp-content/uploads/2012/11/ARTIGO-ACNE.pdf>
4. Araújo APS, Delgado DC, Marçal R. Acne diferentes tipologias e formas de tratamento. [periódicos na internet]. 2011 [acesso em 12 mai 2015]; Disponível em: [http://www.cesumar.br/prppge/pesquisa/epcc2011/anais/ana\\_paula\\_serra\\_araujo%20\(3\).pdf](http://www.cesumar.br/prppge/pesquisa/epcc2011/anais/ana_paula_serra_araujo%20(3).pdf)
5. Borges FS. Dermato-Funcional: Modalidades terapêuticas nas disfunções estéticas. 2ªed. São Paulo: Phorte; 2010.
6. Pimentel AS. Peeling, máscara e acne: Seus tipos e passo a passo do tratamento estético. Vol 1. 1ª ed. São Paulo: Livraria Médica Paulista; 2008.
7. Kede MP; Sabatovich O. Dermatologia Estética. Vol 1. 1ª ed. Rio de Janeiro: Atheneu; 2009.
8. Steventon, K. Expert opinião e avaliação artigo: O momento da extração dos comedões no tratamento da acne pré-menstrual - uma abordagem terapêutica proposta. [periódicos na internet]. 2010 [acesso em 12 mai 2015]; Disponível em: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1468-2494.2010.00610.x/epdf>
9. Lima CLPM, Leoni T. A importância da higienização dos canais foliculares no tratamento da acne vulgar. [periódicos na internet]. 2012 [acesso em 12 mai 2015]; Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Cristiane%20de%20Lima%20e%20Tatiane%20Leoni.pdf>
10. Sábio EM, Graber EM. Pérola clínica: Extração dos comedões durante tratamento com isotretinoína. [periódicos na internet]. 2011 [acesso em 12 mai 2015]; Disponível em: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3225139>

11. CK Indústria e Comércio de Aparelhos Eletromedicinais Ltda. CK G5V: Manual de Instruções. São Paulo: CK, 2007
12. Bellabru [homepage na internet]. [acesso em 13 ago 2015]. Disponível em: <http://www.bellabru.com.br/produto.html>