

ES EL MAYOR ÓRGANO DEL CUERPO, EL MÁS EXPUESTO Y, PROBABLEMENTE, EL MÁS AGREDIDO. Y AUNQUE POSEE UNA CAPACIDAD DE RECUPERACIÓN INNATA, LA PIEL NO SIEMPRE ES CAPAZ DE SALIR AIROSA DE TANTO CONTRATIEMPO. A SUS ENEMIGOS MÁS POPULARES SE ESTÁN SUMANDO OTROS ELEMENTOS HOSTILES MENOS HABITUALES HASTA AHORA. LA ESTRATEGIA: TRATARLA CON ESMERO.

¡FRÁGIL! MATERIAL SENSIBLE

En 2016, las españolas gastamos 1.886 millones de euros en productos para el cuidado de la piel, casi un 4% más que el año anterior, según cifra la asociación nacional de perfumería y cosmética (Stanpa). Por otro lado, un estudio a nivel europeo, *Consumer Insights 2017*, constata que este tipo de productos juega un papel importante en la autoestima de las personas. En este contexto, aseguran desde Stanpa, «no cabe duda de que el uso de cosméticos va ligado a la calidad de vida y conlleva un componente social». Así las cosas, tra-

tar la piel no es una cuestión baladí. No solo porque se trata del órgano más externo y en consecuencia nuestra carta de presentación ante los demás —reflejo de nuestro estilo de vida— sino también porque es el más grande del cuerpo. «Si la pusiésemos en plano mediría unos dos metros cuadrados y puede suponer aproximadamente cinco kilos del peso de una persona», explicaba Montserrat Salleras, directora del servicio de dermatología del hospital Sagrat Cor (Barcelona), en una conferencia en la que defendía la necesidad de personalizar los cuidados cutáneos, adaptándolos a cada momento y circunstancia. Y es que aunque la piel tiene una gran capacidad de resiliencia para superar las vicisitudes que se le presentan, no está de más contar con fuego amigo. «En invierno, por ejemplo, su capacidad para protegerse disminuye. Por un lado, se resaca por la calefacción, y por otro, el frío hace que los vasos sanguíneos se contraigan para evitar la fuga de calor al exterior. Las consecuencias pueden ser, entre otras,

una sensación de tirantez, descamación o picor. También se vuelve pálida y frágil», comenta M^a José Alonso, miembro de la Academia Española de Dermatología y Venerología (AEDV). Con un escenario como este, la ayuda aliada llega en forma de cremas —o mascarillas— «con agentes humectantes, como la glicerina, la urea o el lactato sódico, que alivian la sequedad cutánea, así como con ingredientes oclusivos como la lanolina, los aceites minerales o el ácido hialurónico, que evitan la pérdida de agua natural», explica esta especialista, que aconseja, además, aplicar esos cosméticos con la piel húmeda, utilizar humidificadores en los espacios cerrados, ducharse con agua tibia y aplicarse fotoprotector a diario. Asimismo, estudios recientes confirman la sospecha de que la contaminación es uno de los principales causantes de manchas. «El hollín y otras partículas derivadas de la polución y el tráfico pueden atravesar la barrera cutánea y activar las mismas vías químicas que dan lugar a un aumento de melanocitos y queratinocitos, responsables de la pigmentación de la piel. Sería, continúa la doctora Alonso, una respuesta adaptativa de las células frente a los daños potenciales como los provocados por las radiaciones ultravioleta». Es por ello que una de las grandes tendencias en el tratamiento cutáneo se orienta a desarrollar fórmulas y protocolos, principalmente a base de potentes antioxidantes, para controlar el efecto de la contaminación. Paralelamente a las investigaciones que confirman esos daños colaterales de nuestra realidad urbana surgen estudios que apuntan a nuevos agentes enemigos. Entre ellos, «las ondas electromagnéticas presentes en el ambiente y la luz azul visible de las pantallas de los ordenadores o teléfonos móviles que causan estrés oxidativo e inflamación, favoreciendo el envejecimiento prematuro de la piel», explica el doctor Moisés Amselem, director de la clínica homónima, quien recomienda utilizar cosmecéuticos, como su línea con glucógeno marino, que protejan la piel de ese ultraje tecnológico y estimulen la regeneración epidérmica. Y un plus: complementar esos cuidados con la ingesta de alimentos ricos en vitaminas A y C. ● C.L.

UNA DE LAS GRANDES TENDENCIAS EN EL TRATAMIENTO DE LA PIEL SE ORIENTA A CONTROLAR EL EFECTO DE LA CONTAMINACIÓN

M^a JOSÉ ALONSO (AEDV)

La cosmética antioxidante es una de las mejores armas para combatir el efecto de la contaminación en la piel. La línea Prevege de Elizabeth Arden es una gran aliada a la hora de neutralizar los radicales libres.