

Piel hidratada, piel sana

NUESTRA PIEL ES EL ÓRGANO MÁS EXTENSO DEL CUERPO, Y MANTENERLA SANA E HIDRATADA NOS PROPORCIONA BIENESTAR, ADEMÁS DE MEJORAR NUESTRO ASPECTO FÍSICO. EN EL CUIDADO CORPORAL ES FUNDAMENTAL RECORDAR QUE LA MANERA EN LA QUE NOS CUIDAMOS POR DENTRO, SE VE REFLEJADA POR FUERA.



Es por eso mismo que para mantener un buen aspecto, y para lograr el cuidado de la piel de todo el cuerpo, es importante seguir una dieta equilibrada, que incluya todo tipo de nutrientes y se corresponda con nuestras necesidades y requerimientos; además de realizar algún tipo de actividad física y beber mucha agua, para mantenernos correctamente hidratados e hidratadas. La dermocosmética, por su parte, nos ayuda a mantener la piel cuidada y protegida, de una manera específica y adaptada a cada tipo de piel

y preferencias del consumidor. Dentro del amplio abanico de productos que los laboratorios han desarrollado para el cuidado de la piel, es importante contar con una guía y un consejo experto, para encontrar el producto que se necesita en cada momento, específico para cada parte del cuerpo, o para una problemática concreta, y para eso contamos con el valor indiscutible del consejo y conocimiento farmacéutico, que debe estar permanentemente actualizado sobre las principales novedades del mercado.

Hidratación

Nuestra piel está compuesta por tres capas diferentes: la exterior, llamada epidermis; la segunda capa, llamada dermis, y finalmente la capa grasa subcutánea. Normalmente el 15% de la epidermis es agua. Cuando la humedad contenida en esta capa baja del 10% es cuando nos sentimos ásperos y secos. Si la dejamos secarse más, la piel reducirá su flexibilidad y se agrietará.

Por otro lado, los espacios entre las células de la epidermis están llenos de una mezcla de componentes conocida como factor natural de hidratación. Este es muy importante, pues regula la pérdida de agua de la capa superior y previene que la humedad se evapore de las capas más profundas. Algunas veces, cuando usamos jabones muy fuertes o estamos expuestos a disolventes, eliminamos esta mezcla y con ella la capacidad de la piel de retener humedad provocando incluso grietas. Las células de la piel, además, se renuevan constantemente. Las encargadas de eliminar las células muertas son unas enzimas naturales que necesitan estar hidratadas para funcionar correctamente.

La función principal de la piel es actuar a modo de barrera contra agentes externos. Por este motivo, las compañías cosméticas tienen que trabajar muy duro en desarrollar nuevas fórmu-

las que puedan ser absorbidas por la piel, y así conseguir los beneficios.

Productos

Los tónicos, cremas y lociones hidratantes son emulsiones de agua en aceite que contienen sustancias humectantes que ayudan a conservar el agua de la piel. Atraen las partículas del agua evitando que la piel se reseque. En el caso de las pieles secas, las células de la piel 'mudan' demasiado rá-

pido. Aplicar productos hidratantes a menudo aumenta el contenido en agua y normaliza la rotación celular, lo cual soluciona el problema. Las cremas hidratantes tienen un índice de refracción muy cercano al de la piel y por ello transmiten luz en vez de reflejarla. Cuanto más hidratada está la piel, más translúcida se vuelve la capa externa y permite la llegada de la luz a las capas más profundas mejorando su tono. No podemos viajar atrás en el tiempo, pero sí

podemos minimizar el impacto del envejecimiento. Según vamos aprendiendo sobre el proceso de deterioro celular, mejora la formulación aplicada a los productos diseñados para reducir sus consecuencias. Actualmente, las lociones hidratantes y bases de maquillaje ya contienen protección solar, lo que ayuda a prevenir

el daño de los rayos ultravioletas y, por lo tanto, también evita el envejecimiento de la piel. Además se ha progresado mucho en el área de los radicales libres

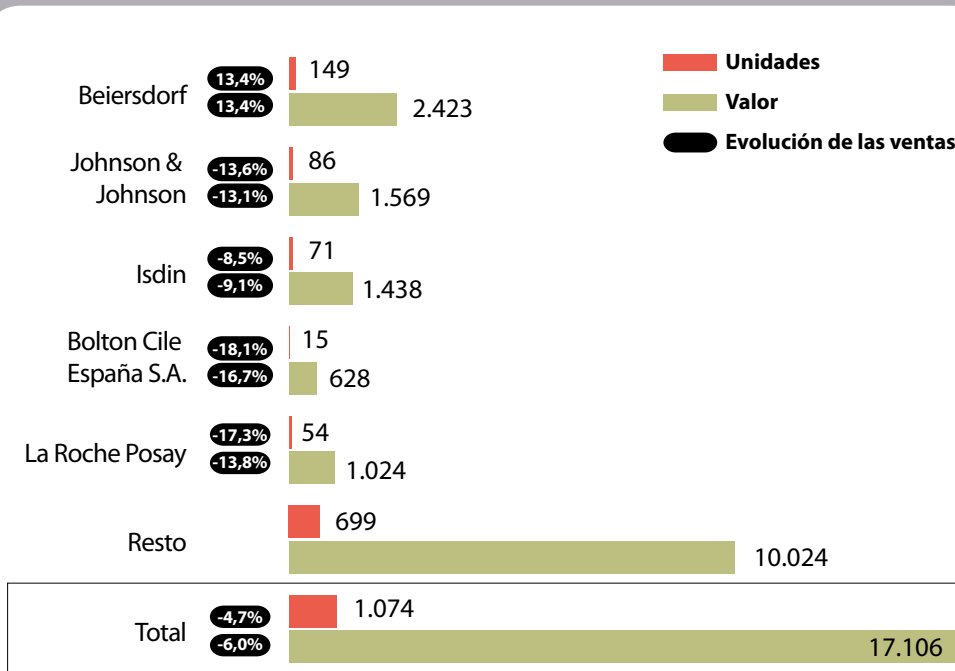
y los antioxidantes, aspectos esenciales de la lucha contra los efectos del paso del tiempo.

Higiene

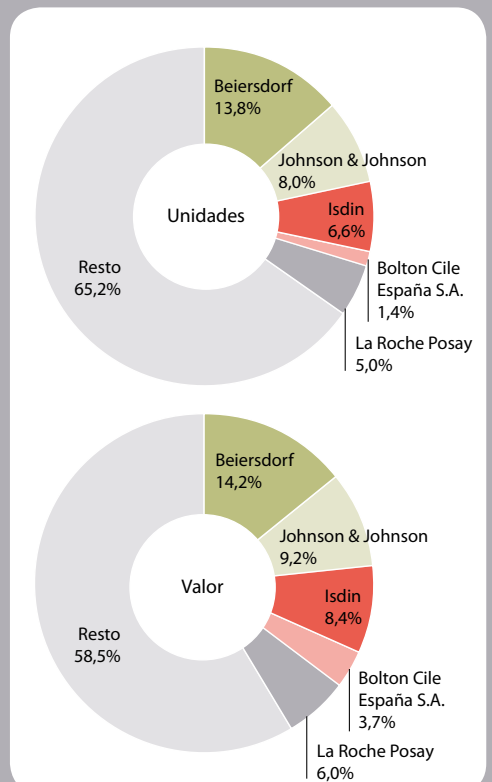
Una parte esencial de nuestra higiene diaria es la ducha. Así nos mantenemos aseados, limpios y con una buena apariencia (además de protegernos de infecciones y enfermedades). Hoy en día existe una amplia selección de productos destinados a la limpieza de la piel.

LA DERMOCOSMÉTICA NOS AYUDA A MANTENER LA PIEL CUIDADA Y PROTEGIDA, DE UNA MANERA ESPECÍFICA Y ADAPTADA A CADA TIPO DE PIEL

TOP 5 MERCADO CUIDADO CORPORAL MUJER. Ventas. (Septiembre, octubre y noviembre 2018). Miles



Cuota de mercado



Los ingredientes básicos de una barra de jabón o de un gel líquido son los surfactantes o detergentes que permiten que el agua humedezca la superficie de la piel de manera eficiente, rodear las partículas de suciedad y eliminarlas con el frotado. Esta acción de agarrar partículas sólidas y grasas en suspensión para que puedan ser eliminadas con el frotado se denomina acción emulsionante. Agitar la solución acuosa, por ejemplo, frotando las manos durante el lavado, ayuda al proceso de eliminación de la suciedad.

Y para aumentar los beneficios del jabón, se le pueden añadir otros ingredientes: fragancias, humectantes y antibacterianos o antimicrobianos, por ejemplo.

La seguridad es la prioridad número uno de la industria cosmética. Todos los productos cosméticos están sujetos a rigurosos exámenes de seguridad antes de ponerse a la venta. El pH natural de la piel (el balance entre

los ácidos y los alcalinos) es de 5.5. El jabón tradicional es extremadamente alcalino (pH 8-10) y un uso excesivo puede causar irritación y sequedad, dado que elimina la capa de aceites protectores de la piel. Este efecto puede evitarse hidratando la piel tras el uso de jabón.

Las autoridades sanitarias defienden la importancia de la higiene personal como medida fundamental para evitar la difusión de enfermedades infecciosas y, sobre todo, hacen hincapié en la necesidad de tener unos buenos hábitos respiratorios (mediante el uso de pañuelos) y una correcta higiene de manos.

TRAS CADA FÓRMULA ANTICELULÍTICA HAY UN LARGO RECORRIDO DE INVESTIGACIÓN, ENSAYOS Y EVALUACIONES DE SEGURIDAD

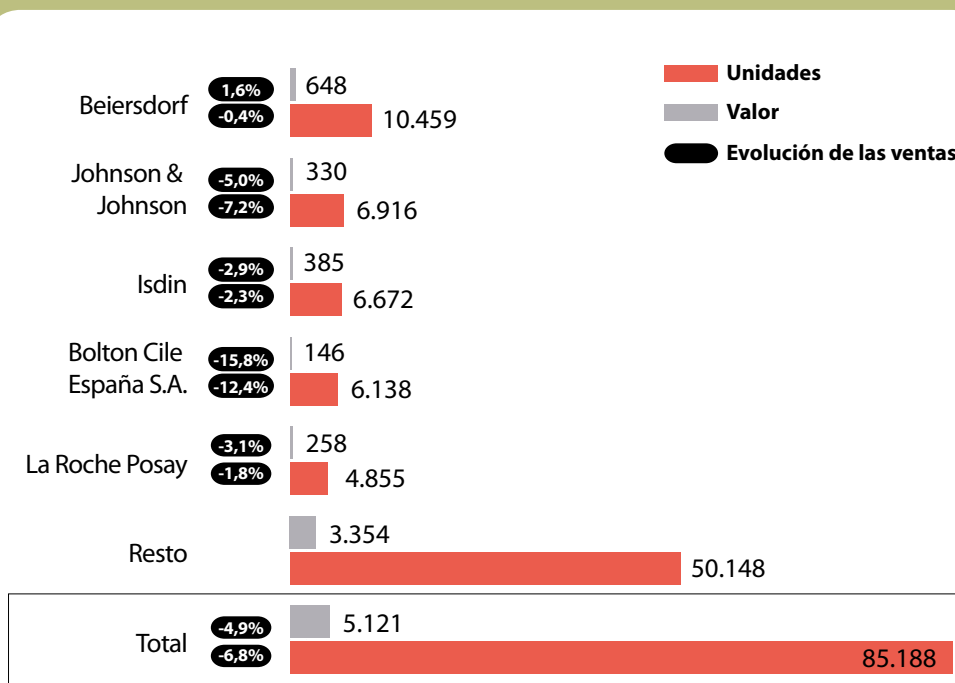
En ocasiones el agua y el jabón no están disponibles con tanta facilidad, por lo que el Foro Internacional de Científicos recomienda el uso de geles y líquidos basados en alcohol. Para encontrarlos se debe buscar tanto en las estanterías donde se encuentran los jabones tradicionales, como en el área de productos de bebé o de los limpiadores cerca de la sección de farmacia.

Zonas específicas

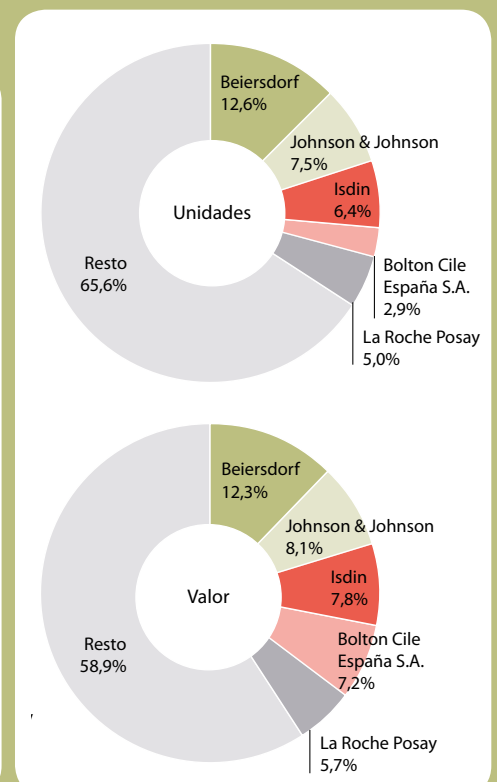
La celulitis es una alteración funcional y estética de la superficie de la piel que se produce principalmente en mujeres y se localiza esencialmente en las zonas laterales de los muslos, nalgas, abdomen y caderas.



TOP 5 MERCADO CUIDADO CORPORAL MUJER. Ventas. (Diciembre 2017- Noviembre 2018). Miles



Cuota de mercado.



Fuente: IQVIA. Categoría 82F. Elaboración: IM Farmacias

Datos y tendencias en cuidado corporal

La Asociación Nacional de Perfumería y Cosmética (Stanpa) en colaboración con Epsilon Technologies, ha llevado a cabo la última edición del estudio sobre el Cuidado de la piel en el ecosistema digital. Su objetivo es encontrar patrones y tendencias que siguen los usuarios con respecto a su piel, así como conocer la diversidad de tipologías y el perfil de consumidor que más se interesa por esta materia a través de Internet.

Tras analizar un total de 30.000 conversaciones espontáneas entre junio de 2016 y mayo de 2017, los resultados reflejan el enorme interés que suscita el cuidado de la piel en el medio digital. La mayor parte de ellas son menciones relativas al cuidado facial, un 75% del total, lo que aumenta casi un 50% la cifra de 2014, mientras que el porcentaje restante, el 25%, corresponde a la conversación sobre el cuidado corporal.

La época del año es uno de los factores que afecta al flujo de la conversación en la red. Los consumidores interactúan más en el entorno digital sobre cosméticos al comienzo de la época estival y a la vuelta de verano, dos momentos del año en los que nuestra piel ha estado con mayor exposición al sol y, por ello, los tratamientos y problemas derivados de la exposición solar suponen un 26% de la conversación digital.

Por otro lado, resulta muy interesante la reciente incorporación del hombre a la conversación digital, que desde 2014 ha incrementado su participación de un 17% a un 36%. Esta situación se debe, sobre todo, al surgimiento de perfiles de influencers masculinos que comparten sus rutinas de cuidado y belleza en redes sociales. Temas como el cuidado de la barba, el afeitado y los aftershaves son los mejores aliados para introducir la cosmética y el cuidado de la piel en los hombres.

Por su parte, Instagram, que en 2014 solo representaba el 0,4%, se posiciona como la primera plataforma en redes sociales (un 22%) en la que compartir consejos e impresiones. Ha desbancado a Facebook y Twitter.

Los resultados muestran también el reciente interés de los consumidores por el canal de farmacia en este segmento, el cual cerró el año 2016 como el segundo canal de venta después de gran consumo, con un 48% de conversación espontánea en torno al cuidado de la piel.

Los datos demuestran que la composición de los cosméticos es el principal tema que interesa a los usuarios en el entorno digital. Sobre un 23% del total (dentro del cuidado del rostro), las menciones relativas a ingredientes o el origen natural de los productos –estas últimas especialmente para consultas sobre la prevención del daño celular– son las que suscitan mayor interés en los consumidores.

A esta temática le siguen otras cuestiones y comentarios relacionados con las rutinas (20%), especialmente métodos de aplicación y su recurrencia, novedades del cuidado facial (19%) y, por último, los problemas de la piel (12%). En este último, se demuestra que hay un mayor interés por las manchas que pueden aparecer en la piel, seguido de la despigmentación o pérdida de melanina y, en tercer lugar, el acné. Para combatir estas patologías, las mascarillas se sitúan como el producto estrella para los usuarios en diferentes formatos: de tela, de arcilla o barros, en gel, solidificada o negra.

En el caso del cuidado del cuerpo, todo lo relacionado a las novedades ocupa la segunda temática de mayor relevancia para los usuarios digitales (un 21%). Los nuevos formatos de spray corporal suscitan cada vez más interés, así como los lanzamientos de tratamientos anticelulíticos y reafirmantes, especialmente en los meses previos al verano, abril y mayo. De hecho, a la hora de que los usuarios compartan sus comentarios o consejos en la red, la patología de la piel que más les preocupa es la celulitis. Las mujeres embarazadas son el perfil que más se interesa por ello y que investigan sobre la eficacia de estas cremas para evitar las estrías antes y después del embarazo. Otras temáticas de interés para los usuarios son la composición de los productos (24% del cuidado corporal), seguido de novedades (21%), técnicas de aplicación para un mejor acabado (20%), el precio de los productos (13%) y patologías de la piel (12%).

La celulitis se produce por una sobrecarga de grasa localizada, provocada por el aumento de tamaño de los adipocitos (células grasas situadas en la hipodermis) debido a la retención de grasas, líquidos, toxinas y problemas de circulación sanguínea, provocando la aparición de nódulos celulíticos, denominados comúnmente piel de naranja.

Se distinguen cuatro grados de celulitis en función del aspecto de la piel, desde el más leve (grado I), en el que la piel está lisa y uniforme, hasta el más severo (grado IV) que se caracteriza por la presencia de nódulos más palpables, visibles y dolorosos.

Son muchos y diversos los factores determinantes de la celulitis. Entre ellos se encuentran factores hereditarios, hormonales (pubertad, embarazo, menopausia), dietéticos, psicológicos (como el estrés) y otros factores como un estilo de vida poco saludable o tratamientos antihistamínicos o antitiroideos.

Las cremas anticelulíticas, como todo producto cosmético antes de ser puesto en el mercado, han sido sometidas a estudios de eficacia que avalan los resultados que prometen en su etiqueta. Por otro lado, los millones de mujeres que a día de hoy las utilizan y las siguen comprando, es también señal inequívoca de que las consumidoras perciben su eficacia.

Su eficacia depende de la combinación de varios factores: una correcta aplicación siguiendo las recomendaciones que figuran en el envase, la constancia y hábitos de vida saludable como caminar, beber agua y una dieta sana. No es obligatorio, pero el masaje completa los efectos de los activos favoreciendo la absorción del producto y mejorando la circulación sanguínea y el drenaje linfático. Tras cada fórmula anticelulítica hay un largo recorrido de investigación, ensayos (instrumentales, clínicos, en consumidores) y evaluaciones de seguridad y, al igual que en el resto de los cosméticos, avalan su eficacia. +

LOS CONSUMIDORES INTERACTÚAN MÁS EN EL ENTORNO DIGITAL SOBRE COSMÉTICOS AL COMIENZO DE LA ÉPOCA ESTIVAL Y A LA VUELTA DE VERANO