

Al sol, sin dudas

EXPERTOS EN SALUD Y BELLEZA DE LA PIEL ANALIZAN
AL DETALLE LOS MITOS Y CREENCIAS MÁS EXTENDIDOS
SOBRE LA FOTOPROTECCIÓN.

Los filtros físicos son los que mejor protegen. FALSO

Lo que ocurre es que con ellos la fotoprotección es inmediata y no hay que esperar a que la crema 'haga efecto'. Los filtros químicos, por su parte, absorben las radiaciones para que no lo haga la piel en su lugar, pero se recomienda esperar 20 minutos hasta que se hayan absorbido bien.

Más del 80% de la radiación ultravioleta traspasa las nubes, por lo que es necesario utilizar protector solar incluso en días nublados

Si tengo la piel sensible es mejor que opte por filtros físicos. CIERTO

Los filtros físicos son la mejor elección en el caso de las pieles sensibles porque alteran menos la piel y se puede alcanzar una protección total con ellos. Si eres alérgica a ciertos productos, opta por filtros físicos puros.

La protección total sí existe. FALSO

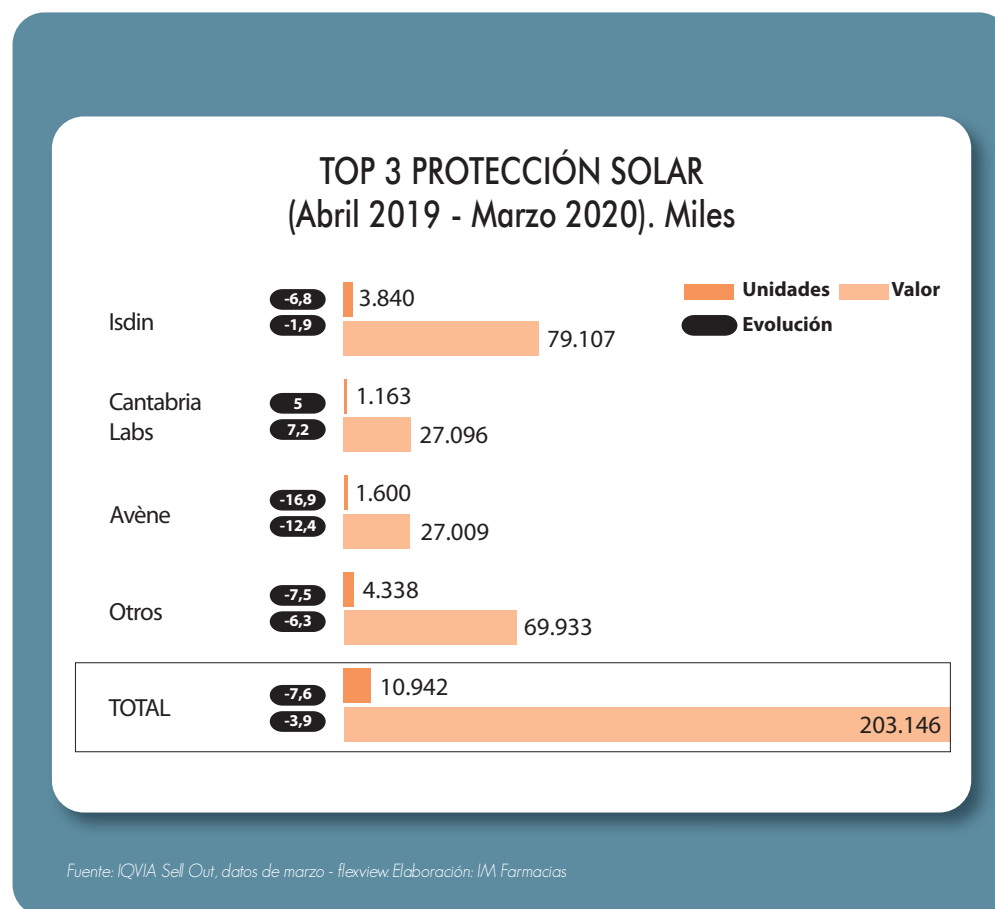
Esto no es exactamente así. Hay que entender qué significa el número del factor, y lo que significa es que, en una piel determinada, aplicando la cantidad adecuada, esa piel estará x veces más protegida que si no lo aplicases (x es el número de factor). Así una piel que se quemase a los cinco minutos de estar expuesta al sol, con un factor 30 tardaría 150 minutos en quemarse (30x5). Cuanto más bajo es el factor, más frecuente es necesaria su renovación. En general la recomendación es aplicar un factor 30 cada 2 horas, así podemos garantizar la protección de cualquier tipo de piel, siempre que se aplique la cantidad adecuada.

Bronceadores y Autobronceadores son incompatibles. FALSO

Tomar el sol y utilizar autobronceador es completamente compatible. Eso sí, siempre hay que recordar que el autobronceador no protege de los rayos ultravioletas, por eso siempre que se vaya a exponer la piel al sol, hay que aplicar fotoprotector solar.

Es lo mismo water-resistant que waterproof. FALSO

Los productos solares pueden resistir si permanecemos un tiempo en el agua, pero cuando nos frotamos con la toalla se elimina el 80% de la crema, algo que también ocurre si el tiempo de inmersión es muy largo. Los productos se denominan *water-resistant* (resistentes al agua) si se mantiene el 70% de la fotoprotección a los 40 minutos de la inmersión (dos baños de 20 minutos) y *waterproof* (muy resistentes al agua) si resiste después de cuatro baños de 20 minutos cada



uno. En cualquier caso, se recomienda aplicar nuevamente la crema tras un baño de más de 20 minutos.

La dieta no tiene nada que ver con la fotoprotección. FALSO

Sí, influye y ayuda a reforzar nuestras defensas. Sobre todo, frutas y verduras ricas en betacarotenos y agentes antioxidantes. Mientras que los betacarotenos ayudan a aumentar la protección natural de la piel contra la radiación solar, los antioxidantes combaten los radicales libres que se puedan formar en la piel tras la exposición solar.

En el cabello también se necesita el equivalente a un SPF 50. FALSO

Los dermatólogos recomiendan un 50+ en el caso de la piel, pero ésta tiene células vivas y la alta radiación solar puede producir muerte celular. En cambio, las células del cabello tienen queratinocitos que, al unirse, forman las fibras de queratina que conocemos. Pero estas células ya están muertas. Los queratinocitos se inmolán, son las únicas células de nuestro organismo que se suicidan para unirse, formando el cabello y protegiéndolo de diferentes factores, uno de ellos la radiación solar. La protección de estas fibras se basa en que no pierdan ni la hidratación ni los lípidos que ayudan a entrelazarse y unirse. Si perdemos esta hidratación, se produce

porosidad, puntas abiertas o pérdida de vitalidad en el cabello. En resumen, no haría falta medir la protección en niveles. En este caso la eficacia solo depende de que el protector funcione o no.

A continuación, vamos a explicar algunos de los errores más comunes que se producen:

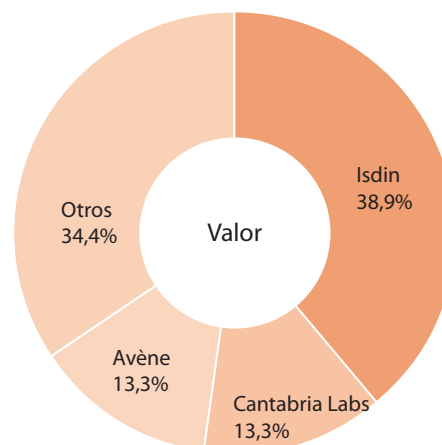
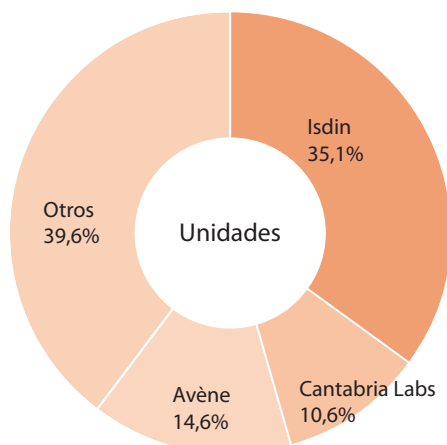
Utilizar el mismo producto para el cuerpo y para el rostro

Lo importante es entender que la piel del rostro está expuesta al sol durante todo el año, mientras que la del cuerpo no, así que lógicamente será una piel más castigada por la radiación solar. Hay que proteger más la piel del rostro, ya que su nivel de saturación para contrarrestar los radicales libres será mayor que el de la piel del cuerpo, en la mayoría de los casos.

Cambiar de SPF a lo largo del verano y a medida que nos bronceemos

La melanina que nos aporta el color en la piel es nuestro mejor protector natural frente a las radiaciones solares y es cierto que una piel bronceada tiene menos riesgo de quemarse que una piel más blanca. Pero al final, lo importante es evitar que el sol sea dañino para nuestra piel, así que independientemente del índice de bronceado nunca deberíamos utilizar un factor por debajo de 30. Al menos esa es la recomendación actual.

TOP 3 PROTECCIÓN SOLAR (Abril 2019 - Marzo 2020). Cuota de mercado



Fuente: IQVIA Sell Out, datos de marzo - flexview. Elaboración: IM Farmacias

Aprovechar las cremas de un verano para otro

La caducidad del producto viene reflejada en el envase. Si no lo hemos abierto, la fecha de caducidad es la que figura. Para conocer cuándo debemos desecharlo una vez abierto, tenemos que buscar en el envase la figura de un tarro con la tapa abierta y el número que hay en su interior. Normalmente, el fotoprotector caduca a los nueve meses de estar abierto. Siempre debe guardarse bien cerrado y en un lugar seco y sin exposición al sol. En cualquier caso, si vemos que cambia de aspecto, de color o tiene un olor desagradable, no se debe utilizar.

Utilizar un SPF más bajo los días nublados

A través de las nubes se filtran hasta el 80% de los rayos solares. Más del 80% de la radiación ultravioleta traspasa las nubes, por lo que es necesario utilizar protector solar incluso en días nublados, para protegerse especialmente de la radiación ultravioleta A (UVA), que penetra más profundamente en la piel, causando el fotoenvejecimiento.

No utilizar fotoprotectores de amplio espectro

Se trata de protectores que protegen contra la radiación UVA, la radiación UVB y los infrarrojos. Y sí, es necesario optar por ellos porque todos estos rayos atraviesan la atmósfera e inciden sobre nuestra piel. Actualmente, en el mercado, lo más común, o al menos es lo deseable, es que los factores sean de amplio espectro.

Aplicar la protección 20 minutos antes de exponerse al sol

Los filtros biológicos, que absorben la radiación solar, sí necesitan ese tiempo para actuar. Sin embargo, ahora hay teorías que aconsejan extenderlo al comenzar la exposición para que el organismo reciba una pequeña dosis de sol que supla del déficit de vitamina D. Basta con 10 minutos.

Renunciar al maquillaje

A nivel estético, el filtro químico se nota menos en la piel y permite una mejor combinación con el maquillaje. Lo ideal es utilizar com-

pactos de maquillaje con SPF elevado y puede aplicarse después del fotoprotector sin ningún problema.

La fotoprotección debe acompañarse de una reparación después de la exposición solar y de una hidratación intensa y diaria

Aplicar poco producto para que el protector dure todo el verano

La recomendación oficial es de 2 mg de producto por cm^2 de piel y esto supondría gastar 30 ml de producto cada vez. Cuando se hacen los estudios de medición del FPS se aplican $2\text{mg}/\text{cm}^2$. Sin embargo, la aplicación habitual suele ser de $0.5\text{mg}/\text{cm}^2$; por ello, para suplir esta diferencia, se recomienda usar fotoprotectores con un FPS de 30 o más y reaplicar la crema cada dos horas.

Prescindir del after-sun si no hay quemaduras

La fotoprotección debe acompañarse de una reparación después de la exposición solar y de una hidratación intensa y diaria. El aloe vera y la rosa mosqueta son aliados extraordinarios para reparar la piel después de la playa o la piscina. Y durante todo el verano, mañana y noche, hay que intensificar la hidratación con un buen hidratante en versión crema o en aceite. +

En este artículo han participado:

Doctora Paula Rosso y Lajo Plaza del Centro Médico Lajo Plaza; Isabel Lostao, directora de Estética Lostao; Jayne Cooper, Brand Ambassador de St. Tropez; Laura Izquierdo, química y co-fundadora de Izba Nature; Laura Parada, nutricionista de Slow Life House; Paola Gugliotta, directora de Sepai y máster en Dermocosmética; Patricia Cuenca, directora técnica del Centro Oxigen, y Pedro Catalá, cosmétologo y fundador de Twelve Beauty.

Novedades



Línea solar Acofaderm - Acofarma

Con una imagen más moderna, limpia, elegante, actual y ordenada, la línea solar Acofaderm se renueva este 2020. Está formada por 21 referencias con texturas innovadoras y agradables que incluyen protección facial, corporal, específica para niños, pieles atópicas, after sun y comprimidos.



Protect X-Trem stick invisible SPF 50+ - A-Derma

Stick invisible de muy alta protección (SPF 50+) indicado para todas las áreas frágiles localizadas (incluyendo cicatrices y tatuajes) expuestas al sol. Además de proteger de los efectos nocivos de los rayos UV (UVA/UVB), refuerza la barrera cutánea y preserva las defensas celulares.



Solar antiedad con color SPF 50+ - Eau Thermale Avène

Enriquecido en Ascofiline™, activo antiedad restructurante, ofrece una protección reforzada contra el fotoenvejecimiento. Además, gracias a la vitamina C fotoestable y a los pigmentos reflectores, la piel se unifica de forma inmediata y permanente, a la vez que gana luminosidad.



Fotoprotector transparente Wet Skin SPF 50 - Laboratorios BABÉ

Su novedosa Tecnología Wet Skin permite una absorción inmediata en piel mojada garantizando el Factor de Protección Solar. Idóneo para usar durante la práctica de deportes acuáticos, contribuye en la prevención y protección de las quemaduras solares y del fotoenvejecimiento de la piel.

Crema solar protectora facial antiedad SPF 50 - Darphin

Protege la piel de los rayos UVB y UVA. Además, gracias a su tecnología 3:1 protege contra las quemaduras solares, el envejecimiento prematuro, las líneas de expresión, las arrugas y las manchas. Tras su uso, la piel aparece como una seda invisible sin ningún tipo de residuo en la superficie.



Sun Gel-Crema Dry Touch FPS 50+ - Eucerin

Protege de los daños producidos por la radiación solar gracias a un sistema de filtros altamente fotoestable y al sistema Advanced Spectral Technology. Su textura ultra-ligera de absorción muy rápida y acabado en toque seco es adecuada para piel sensible grasa e incluso con tendencia acnéica.



Fluido pediátrico SPF 50+ 100% mineral - Farline

Está formulado 100% con filtros minerales, que actúan reflejando la radiación solar y, al ser su absorción más limitada, resultan más adecuados para los más pequeños y para pieles delicadas. Asimismo, contiene aloe vera para aportar un extra de hidratación y aceite de jojoba para nutrir la piel.



Bruma solar antiedad hidrarentescente SPF 50 - Filorga

Posee un potente antioxidante que, al activarse por los rayos de sol, aporta una protección alta frente a todas las radiaciones solares mientras lucha contra los signos del envejecimiento. Además, ilumina, refresca y tonifica la piel de inmediato gracias al agua de glaciación microencapsulada.



Novedades



Gel solar facial oil free SPF 50+ - Interapothek

Por su textura transparente en gel oil-free está especialmente indicado para rostro y pieles grasas o con tendencia acneica. Su fórmula está enriquecida con vitamina E y bisabolol que hidratan y protegen la piel frente a la radiación solar a la vez que previenen los signos del fotoenvejecimiento.



HydroLotion - ISDIN

Innovador fotoprotector bifásico de doble acción: Protect & Detox. Así, mientras que por un lado proporciona una alta protección UVB/UVA con un SPF 50, por el otro detoxifica y revitaliza la piel expuesta al sol gracias a la acción antioxidante de Chlorella Maris.



Spray solar sublime - Klorane

Lácteo, ultraligero, fresco, hidratante y no graso: su fórmula para el cuerpo, con una alta protección UVA/UVB resistente al agua y fotoestable, deja la piel satinada y envuelta en un perfume embriagador de Flores de Tiaré. Está disponible en dos niveles de protección: SPF 30 y SPF 50.



Crema de día antioxidante SPF 30 - YourGoodSkin

Formulada con un exclusivo complejo antioxidante con vitamina C, té verde, vitamina E y lipochroman, incluye bisabolol con propiedades calmantes y esfingarina para reducir los niveles de sebo. Ofrece 24 h de hidratación y cuida y protege la piel de las agresiones medioambientales.

Tratamiento protector ojos & zonas sensibles antiedad global SPF 50 - Lierac

Esta crema en stick, que se funde sobre la piel gracias a la cera de carnauba, proporciona una protección solar intensiva para las zonas más sensibles y el contorno de los ojos. Además, un mix de pigmentos embellecedores ofrece un tono discreto que se adapta a todos los tonos de piel.



Fluido solar protector KPF* 50+ - René Furterer

Resistente al agua, este fluido capilar no graso asegura una protección perfecta de la cabellera expuesta. Su fórmula ligera y de perfume delicioso previene la deshidratación del cabello y le aporta suavidad sin apelmazar, a la vez que protege el color. *K.P.F.: Keratin Protection Factor.



Sunlaude SPF50+ age repair - Rilastil Cumlaude

Primer fotoprotector antiglicación que contribuye a la reparación del fotoenvejecimiento cutáneo. Cuenta con una muy alta fotoprotección facial antiedad y su formulación incluye ácido hialurónico, Age Repair Complex, DNA Complex y extracto de Schizandra Chinensis.



Dermosun SPF 50+ - Issémi

Crema facial con protección solar SPF 50 para combatir la exposición solar. Protege de la radiación UVA y UVB. Además, contiene ingredientes activos tales como vitamina E, aloe vera y alantoína, que regeneran las células tras la exposición solar. Es apta para pieles sensibles y es water resistant.

Novedades



Filtro solar hidratante Tanit - Laboratorios Viñas

Indicado para prevenir la aparición de manchas en pieles con tendencia a la hiperpigmentación e hidratar la piel aportándole suavidad, su fórmula incluye un SPF 50 UVB+UVA, un alto índice de protección solar de amplio espectro que limita la hiperpigmentación cutánea asociada a la exposición solar.

Tratamiento facial antiedad fluido color SPF 50+ - Sensilis

¿Buscas protección y un toque de color para una piel sensible? Esta emulsión fluida con ácido hialurónico hidrata y está enriquecida con vitamina E, acción antioxidante y Pro-Vita D₃, que favorece la síntesis de la vitamina D. Ofrece una muy alta fotoprotección y previene la aparición de manchas.



Xpertsun urban color - Singula-Derm

Protección solar muy alta con color para uso diario y para todo tipo de pieles. Ayuda a prevenir y revertir los efectos dañinos de la polución y de las radiaciones medioambientales. Incluye Neoclair-Pro™, un péptido con efecto 360° antipolución encargado de disminuir las manchas y unificar el tono.

Crema con color de la línea SPF 50+ - Ziaja Med

Perfecta para pieles normales, con capilares dilatados o con manchas. Contiene filtros fotoestables UVA/UVB y protege las lesiones causadas por la pigmentación de la piel, neutraliza la generación del fotoenvejecimiento, ayuda a igualar el tono, oculta las imperfecciones y restaura el brillo juvenil.



shopperTec

Insights & Solutions

Te ayudamos a segmentar tus clientes y optimizar tu cobertura

CONOCE LAS MEJORES FARMACIAS PARA TU CATEGORÍA

Disponemos de la base **más actualizada y completa** de las **22.100 farmacias** en España



Partimos del **perfil de los compradores** de la categoría



Calculamos el **tamaño e importancia** en ventas de la farmacia



Analizamos la **población del target** y el impacto de la **competencia** en el área de influencia



Analizamos toda la **información disponible** y **modelizamos las variables clave** para calcular el potencial de la categoría



www.shoppertec.com



contact@shoppertec.com



91-7434691 93-4452741