


Nutricosméticos: el refuerzo interior



LA OFERTA Y DEMANDA DE
NUTRICOSMÉTICA SIGUE
CRECIENDO. ENTRE LOS FAVORITOS:
LOS QUE REFUERZAN EL SISTEMA
INMUNOLÓGICO, APORTAN
ENERGÍA O AYUDAN
A DORMIR MEJOR.



Donde nuestro organismo no llega, llegan ellos. Y por eso aumenta el interés del consumidor por conocerlos mejor e introducirlos en su rutina diaria. Aunque su base es una sabia combinación de plantas o sustancias naturales, el consejo farmacéutico es fundamental para saber elegir los más en cada caso.

Cuando la dieta es insuficiente

Los estudios han demostrado que nuestro estilo de vida afecta a nuestras defensas. Así, se sabe que la falta de descanso y el estrés continuado afectan al sistema inmune y aumentan el riesgo de infecciones. Del mismo modo, está estudiado que la práctica de ejercicio físico refuerza nuestro sistema inmune. Y, por supuesto, la dieta. Sabemos que determinadas vitaminas (A, C y D) y minerales (Zinc) están relacionadas con la inmunidad, por ello su carencia en la dieta favorece la bajada de defensas. Aunque es cierto que una dieta equilibrada contiene cantidades suficientes de nutrientes para cubrir las dosis diarias recomendadas. Lo cierto es que un buen porcentaje de la población no cumple esa dieta. En estos casos, la suplementación con complementos alimenticios de venta en farmacias que cumplen con los requisitos de calidad y seguridad es una buena opción.

Refuerzos para el sistema inmunológico

La pandemia del coronavirus ha despertado el interés general por reforzar el sistema inmunológico. Hoy por hoy no hay un análisis que determine si nuestro sistema inmune está al 100%, pero el consumidor debe prestar atención si está más cansado de lo habitual o registra infecciones con frecuencia, aconsejan los expertos de Arkopharma.

Plantas como la Echinácea (*Echinacea purpurea*) actúan como un escudo natural, ya que su raíz ayuda al cuerpo a mantener sus defensas naturales. También contribuye a un buen confort respiratorio. En sinergia con otras plantas se utiliza para reforzar el sistema inmunológico. El Selenio contribuye a la protección de las células frente al daño oxidativo y aumenta la producción de glóbulos blancos. El Zinc es un antioxidante que actúa sobre la secreción de insulina, estimulando las metaloenzimas con una función vital en la salud. También una dosis regular de vitamina C de alta calidad podría ser una gran opción para apoyar al sistema inmunitario en la prevención de infecciones virales y las investigaciones lo apoyan.

Dormir mejor con melatonina

La calidad del sueño puede verse alterada con la edad, así como debido a otros factores externos como los turnos nocturnos de trabajo, o los trastornos provocados por el *jet lag*. Se ha demostrado que un aporte externo de melatonina mejora la calidad del sueño y favorece el descanso. Además, la melatonina es una sustancia natural que influye sobre el sistema inmunológico, el envejecimiento, y el corazón, entre otros, por lo que tiene diversos efectos beneficiosos. Según

La nutricosmética puede ser de ayuda para frenar la caída del cabello y aportarle más densidad o para reforzar la piel frente a los rayos nocivos del sol



el **Dr. Eduardo Estivill**, médico y ensayista experto en trastornos del sueño y autor del libro "Duérmete niño", "entre el 20 y el 48% de la población sufre insomnio, factor que repercute directamente en la mala calidad del sueño y en que la mayoría de adultos no duermen las horas necesarias". En el análisis realizado por el Dr. Estivill de cómo influyen determinados componentes de complementos alimenticios en el sueño, destacó el efecto de la melatonina "2 gramos al día son suficientes para que este crono regulador actúe sincronizando el ritmo circadiano. La melatonina tiene además un poder hipnótico", añadió Estivill. También comentó las propiedades de los extractos de Pasiflora y de Amapola de California, como principios activos "con efectos calmantes e inductores del sueño".

Existe una tendencia creciente en la investigación de la microbiota intestinal y su relación con la salud y el sobrepeso

Regular el peso con probióticos

Muchos de los problemas relacionados con la obesidad (cardiovasculares, intestinales, nivel de azúcar en sangre...) se deben a las consecuencias de tener una microbiota pobre y no diversificada. En nuestro intestino conviven alrededor de 100 billones de bacterias entre las que destacan dos grupos predominantes: firmicutes y bacteroidetes (>92%). Es evidente que existe una tendencia creciente en la investigación de la microbiota intestinal y su relación con la salud y el sobrepeso. Se han publicado estudios que demuestran que el ratio de firmicutes/bacteroidetes influye directamente en la obesidad. Aunque todavía nos quede mucho por descubrir sobre la influencia de las bacterias intestinales en nuestro organismo, lo que sí está demostrado científicamente es que una ingesta regulada de prebióticos favorece al equilibrio de la microbiota intestinal, refuerza la pérdida de peso y reduce las posibilidades de volver a recuperarlo.

Un complemento para cada problema

Más allá de estas tendencias hoy más solicitadas, el mundo de la nutricosmética ofrece una solución a cada problema: frenar la caída del cabello y aportarle más densidad, reforzar la piel frente a los rayos nocivos del sol o suplir la falta de vitamina D, cuya carencia afecta a los músculos y huesos, pero también a nuestra capacidad cognitiva y a nuestro estado de ánimo. En todos los casos el farmacéutico debe valorar la indicación de cada suplemento descartando incompatibilidades con determinadas enfermedades o hábitos no adecuados del consumidor. +

Novedades

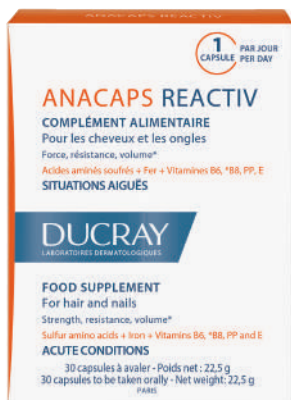


Acofarvital solar intensive - Acofarma

Nutracéutico formulado con licopeno y extracto de betacaroteno que prepara a la piel para que esté en óptimas condiciones antes y durante la exposición solar. Además, contiene vitamina E, un potente antioxidante que contribuye a proteger las células frente al estrés oxidativo, y vitamina C, D₃ y B₉.

Heliocare Ultra D cápsulas - Cantabria Labs

Actúa en los cuatro niveles de fotoprotección de forma simultánea: inmunológica, antioxidante, ADN celular, frente al eritema y ocular. Su formulación cuenta con la tecnología Fernblock®, luteína (fotoprotección ocular), vitaminas C y E (antioxidantes), licopeno (protección frente al eritema) y vitamina D.



Anacaps reactiv - Ducray

Complemento alimenticio para el cuero cabelludo, el cabello y las uñas. Gracias a su fórmula original, Anacaps reactiv aporta al bulbo piloso y a la matriz de las uñas los nutrientes esenciales (vitaminas B6, B8, E, PP y hierro) para mantener la fuerza y la vitalidad.

SunISDIN - ISDIN

Defiende la piel frente al daño del sol, previene el envejecimiento prematuro y favorece la salud ocular y cutánea gracias a VitaOx Ultra, la más avanzada combinación de 10 ingredientes naturales, antioxidantes, carotenoides y vitamina D formulada por dermatólogos y nutricionistas.



Cápsulas Premium - Lierac

Ricas en aceites preciosos, vitaminas y minerales, hidratan, nutren, combaten el estrés oxidativo y revelan la juventud de la piel. En el corazón de su fórmula, una selección de ingredientes activos antiedad: vitamina E, zinc y selenio; colágeno; ácido hialurónico; y aceite de borraja y de argán.

Vitacrecil Complex Forte - Laboratorios Viñas

Este complemento alimenticio cuenta con una combinación equilibrada de elementos nutritivos para la nutrición de cabellos y uñas. Su fórmula reforzada presenta un mayor contenido de L-cistina y hierro, además de ácido pantoténico, vitamina B₆, biotina y zinc.



Sunlaude oral - Rilastil

Altamente antioxidante, homogeneiza el tono de la piel favoreciendo un bronceado uniforme. Formulado con vitaminas (B₃, E y D), tirosina, selenio y luteína, aceite de borraja y extracto de semillas de uva, complementa la fotoprotección tópica para una mayor protección cutánea y ocular.

Imedeen Time Perfection - Pfizer

Indicado a partir de los 40 años, reduce la aparición de las arrugas y líneas de expresión a la vez que ayuda a mejorar la calidad y la hidratación de la piel. Su formulación incluye el exclusivo Complejo Marino, que contiene elementos similares a los que están presentes de forma natural en la piel.



Thiamidol[®], el aliado de Eucerin[®] para hacer frente a la hiperpigmentación

TRAS UNA RIGUROSA INVESTIGACIÓN, LA COMPAÑÍA HA PATENTADO ESTE NUEVO ACTIVO REVOLUCIONARIO Y ALTAMENTE EFECTIVO QUE ACTÚA EN EL ORIGEN DE LA HIPERPIGMENTACIÓN REDUCIENDO LA PRODUCCIÓN DE MELANINA. BASADA EN SUS BENEFICIOS, LLEGA EUCERIN[®] ANTI-PIGMENT, UNA LÍNEA CLÍNICAMENTE PROBADA, EFECTIVA Y CON ALTA TOLERABILIDAD PARA TODO TIPO DE PIELS. ESTÁ FORMADA POR CUATRO PRODUCTOS Y SE COMPLEMENTA CON PIGMENT CONTROL DE LA GAMA DE FOTOPROTECCIÓN DE EUCERIN[®] SUN PROTECTION, FORMULADO TAMBIÉN CON THIAMIDOL.



Los tratamientos para la hiperpigmentación se han convertido en uno de los más reclamados por las mujeres. De hecho, mientras que preocupa a un 20% de las mayores de 25 años, la barrera de los 40 eleva el número a una de cada tres, momento en el cual la piel pierde uniformidad de forma más evidente, y es a partir de los 50 cuando el nivel de preocupación alcanza un 90%.

Consciente de esta realidad, Eucerin® ha patentado, en exclusiva, el Thiamidol®, *Isobutilamino Tiazolil Resorcinol*, un nuevo activo revolucionario y altamente efectivo que actúa en el origen de la hiperpigmentación reduciendo la producción de melanina.

Eucerin® Anti-pigment

Basada en el Thiamidol®, la nueva gama Eucerin® Anti-pigment combate la hiperpigmentación desde el origen, reduciendo la producción de melanina y previniendo su reaparición. Formada por cuatro productos, se complementa con Pigment-Control de la gama de fotoprotección de Eucerin® Sun Protection, formulado también con Thiamidol. La línea está clínicamente probada, es efectiva y con alta tolerabilidad para todo tipo de pieles, incluso las más sensibles. Asimismo, su uso está recomendado en embarazadas y en aquellas personas que toman medicamentos que pueden producir fotosensibilidad: anticonceptivos, antibióticos, antidepresivos, corticoides, medicamentos para la hipertensión, antihistamínicos...

Así, el cuidado para las manchas de hiperpigmentación Eucerin® Anti-Pigment Dual Serum reduce intensivamente las manchas de pigmentación y estimula la renovación celular para obtener un tono más uniforme. Y lo logra gracias a su tecnología de doble cámara y a su exclusiva formulación: mientras que la cámara blanca contiene una emulsión ligera y de rápida absorción con Thiamidol® patentado, la cámara metalizada contiene un gel transparente con una textura ligera y fresca, cuya fórmula está compuesta por ácido hialurónico concentrado de bajo peso molecular, que penetra en las capas más profundas de la epidermis donde se originan las arrugas rellenándolas desde el interior; y de alto peso molecular, que actúa como hidratante en las capas epidérmicas superiores.

Eucerin® Anti-Pigment Dual Serum potencia la acción de Eucerin® Anti-Pigment Día FPS 30, que reduce intensivamente las manchas de pigmentación y previene su aparición para obtener un tono más uniforme. Con textura ligera y suave, contiene almidón de Tapioca para un acabado mate y FPS 30+UVA, que protege de la radiación solar y

previene la aparición de nuevas manchas inducidas por el sol. A su vez, un complejo de antioxidantes contribuye a neutralizar la actividad de los radicales libres.

Para la noche, Eucerin® propone un tratamiento regenerador que consigue una piel radiante y uniforme, a la vez que reduce con eficacia las manchas oscuras y evita su reaparición: Eucerin® Anti-Pigment Noche. Además de Thiamidol®, su fórmula contiene Dexpantenol, un activo que estimula la regeneración celular mientras dormimos. Y para reducir las manchas de hiperpigmentación localizadas, Eucerin® Anti-Pigment Lápiz Corrector de Manchas es un gel transparente de rápida absorción y textura acuosa que permite una aplicación precisa gracias a su cómodo aplicador.

Pero hay más: el tratamiento despigmentante se complementa con Pigment Control de la gama de fotoprotección de Eucerin® Sun Pro-

Eucerin® Anti-pigment combate la hiperpigmentación desde el origen, reduciendo la producción de melanina y previniendo su reaparición

tection, un protector solar con FPS muy alto que previene los daños causados por la radiación solar a la vez que reduce y previene las manchas de hiperpigmentación. Aparte de Thiamidol, su formulación cuenta con Licocalcón A, que protege de la radiación solar visible de alta energía (luz azul), un tipo de radiación solar que también es una causa importante de fotoenvejecimiento e hiperpigmentación, y Ácido glicirretínico, que ayuda a los mecanismos propios de reparación del ADN de la piel.

Estudios clínicos y dermatológicos han demostrado la reducción visible de las manchas de hiperpigmentación a partir de la segunda semana y la mejora con el uso regular, evitando su reaparición.

La opinión de la experta

Según **Carme Chorto**, asesora científica de Eucerin®, "el mejor tratamiento contra las manchas es la prevención.

El uso del protector solar es esencial para prevenir la aparición de las mismas. Una exposición solar intensa producirá un aumento de la producción de melanina, que actúa como protección natural. Si se produce demasiada melanina y se distribuye de forma desigual, se desarrollan manchas de hiperpigmentación".

"Debemos olvidar la creencia de que tratar la mancha es efectivo antes del verano o durante el verano. La hiperpigmentación hay que tratarla durante todo el año. Es esencial evitar su aparición, y para ello el mejor tratamiento es la protección solar con Eucerin® Sun Protection Pigment Control, complementándola con el tratamiento para las manchas de hiperpigmentación Anti-Pigment, todos ellos productos con Thiamidol", incide Carme Chorto. +

Investigación pionera

La clave del enfoque de la investigación de Eucerin® fue la metodología utilizada para probar los principios activos. En el pasado, las fórmulas habían sido probadas en enzimas microbianas procedentes de hongos, pero el equipo de investigadores del Eucerin® Skin Research Center insistió en probar los principios activos en enzimas humanas como una medida más precisa de su efectividad potencial, siendo los primeros en replicar la tirosinasa humana biosintética.

A partir de aquí, se testaron más de 50.000 principios activos potenciales en la búsqueda de uno que redujera la hiperpigmentación y, al mismo tiempo, no fuera agresivo con la piel. El gran avance se produjo cuando se descubrió el Thiamidol®, que ofreció resultados significativos e impresionantes en pruebas clínicas y dermatológicas muy superiores al resto de los principios activos estudiados.