

cuidado facial

# Tratar las manchas, cuidar los contornos

LA APARICIÓN DE MANCHAS EN LA PIEL ES UNO DE LOS PROBLEMAS ESTÉTICOS QUE MÁS PREOCUPAN, ASÍ COMO LAS PEQUEÑAS ARRUGAS QUE SE FORMAN EN LA DELICADA PIEL QUE RODEA LOS OJOS Y LOS LABIOS.



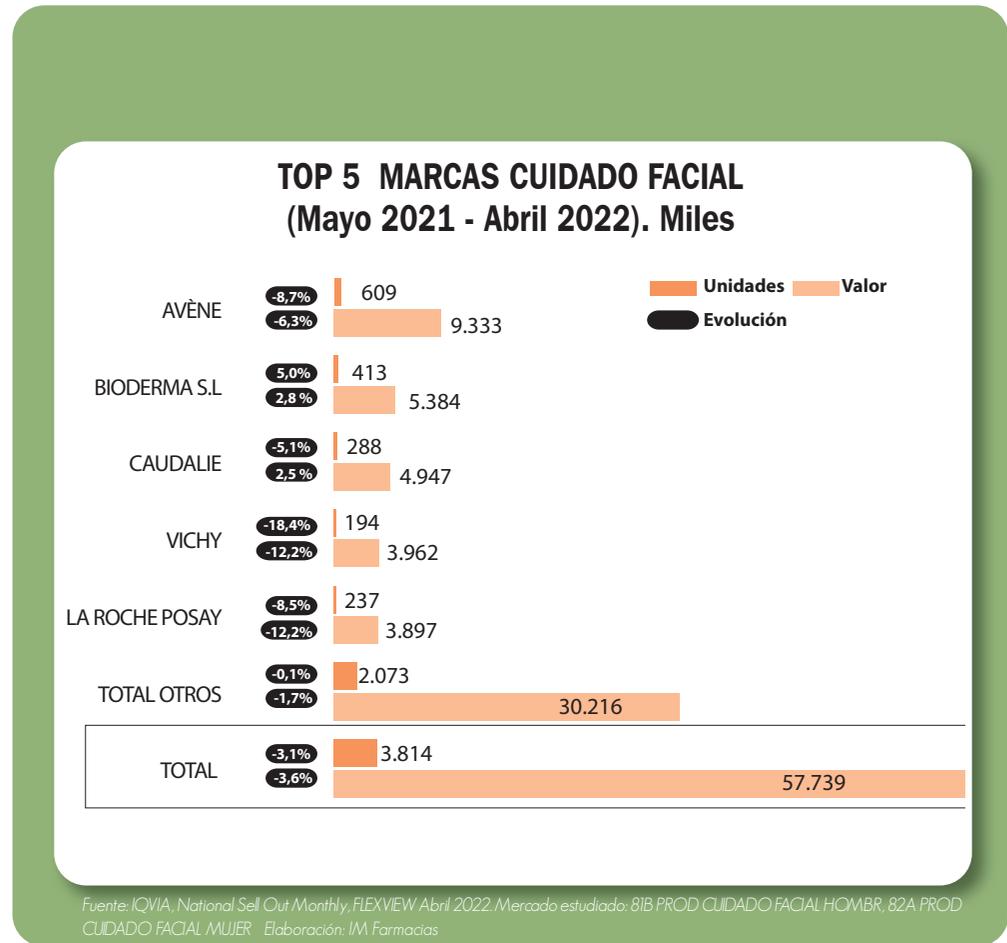
Las mascarillas han cambiado nuestras vidas y también han dejado huella en nuestra piel. Lo explica así la **Dra. Marta Hermosín**, especialista en *dermocosmética* y *nutrición*, del Instituto de Dermatología Integral: “Podemos apreciar algunos cambios en el estado de la parte superior y la parte inferior de la cara debido a su uso”. La utilización de diferentes medios de diagnóstico (lámpara de Wood y dermatoscopio digital) consiguen visualizar los cambios que se van produciendo y, por tanto, actuar de manera totalmente diferenciada.

### Zona superior del rostro

Es la zona que abarca la frente y la zona periorbitaria (alrededor de los ojos). “Una novedad respecto a otros años puede estar en las arrugas, ya que el uso de la mascarilla puede obligar a algunos a gesticular con el tercio superior en vez de con los labios para conseguir un mayor entendimiento”, matiza la Dra. Hermosín.

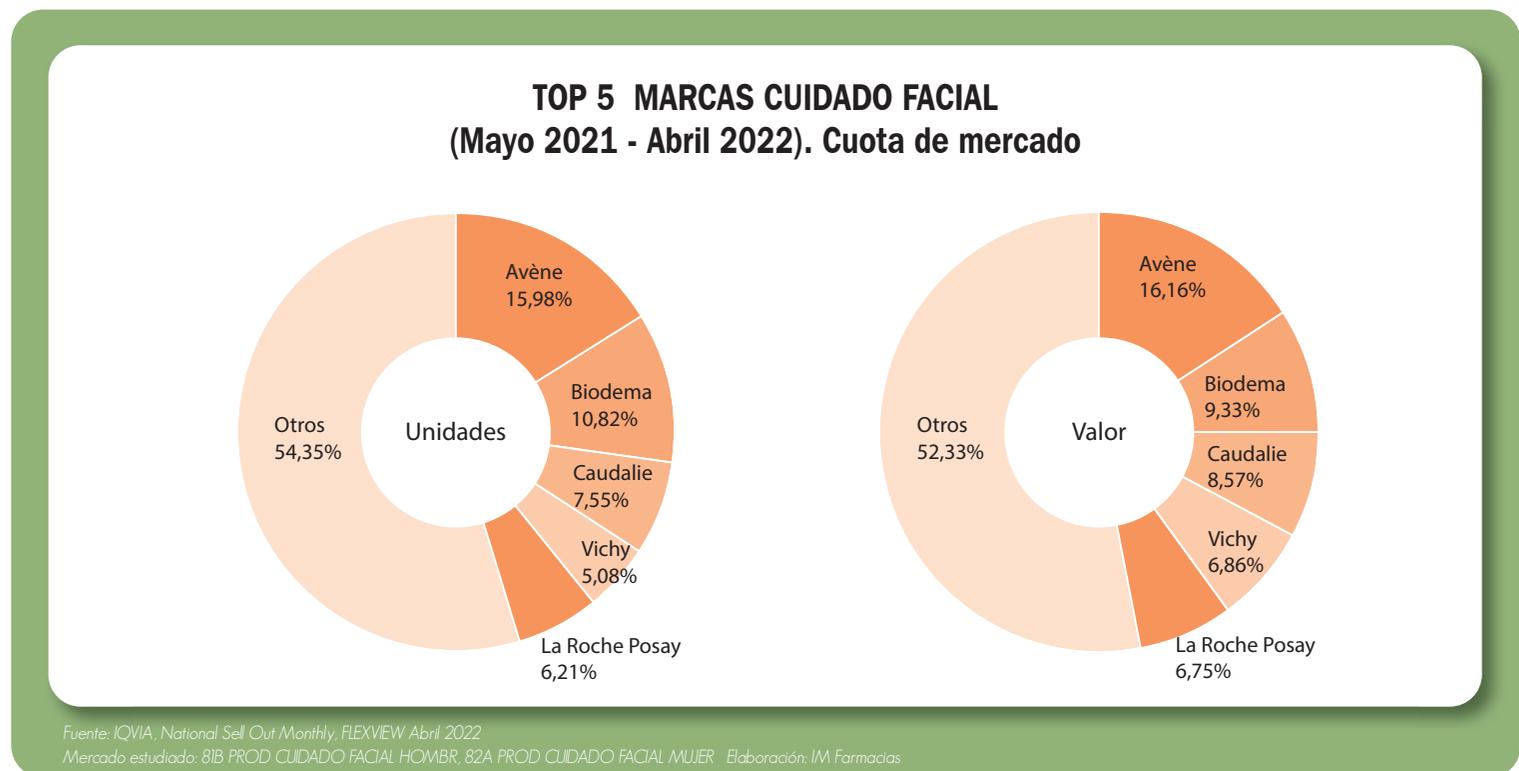
### Arrugas

Tenemos dos tipos de arrugas. Las dinámicas, que son aquellas asociadas a la gesticulación, se acentúan en personas más expresivas y se corrigen con neuromoduladores, como son la toxina botulínica o el ácido hialurónico. Por el contrario, las arrugas estáticas no varían con la expresión y se deben, sobre todo, al envejecimiento y al efecto prolongado de la luz ultravioleta (el llamado fotoenvejecimiento). Estas arrugas estáticas necesitan un abordaje más complejo, combinando láseres y otras tecnologías junto a materiales de relleno. Las arrugas horizon-



tales de la frente, el ceño y las patas de gallo, pueden aumentar en aquellas personas que fuercen su gestualidad. “El tratamiento indicado en este caso actúa sobre la musculatura encargada de la gesticulación, haciendo que se contraiga con menos fuerza, lo que contribuye a disminuir o, incluso, eliminar estas arrugas, consiguiendo un aspecto más relajado y rejuvenecido. Se aplica en cabina y sus efectos son visibles a partir de tercer o cuarto día”, dice la especialista de IDEI.

Las arrugas estáticas se deben, sobre todo, al envejecimiento y al efecto prolongado de la luz ultravioleta



## cuidado facial

### Manchas

La mayor exposición solar en verano se traduce en una melanina más estimulada, por tanto, la aparición de manchas en las zonas más expuestas es más frecuente. Melasma, cicatrices hiperpigmentadas y, sobre todo, léntigos solares, son los problemas más habituales tras el verano. "Es necesario hacer una despigmentación para que el rostro en conjunto tenga un tono unificado. Para ello, se pueden emplear peelings con ácidos como el cítrico, el láctico y el kójico en combinación con láseres como el Q-Switch, haciendo especial incidencia en la zona superior de la cara, la más afectada por el sol", explica la Dra. Marta Hermosín. Además, la combinación de tratamientos provoca una estimulación del colágeno y la elastina, por lo que el rostro también aparecerá más rejuvenecido, terso y jugoso.

En todos estos casos se requerirá de dermocosmética para mantener los resultados.

### Activos de eficacia probada contra las manchas

Según la cirujana y médico estético **Virtudes Ruíz**, el activo despigmentante más estudiado es "el ácido más estudiado es el ácido retinóico (es de los más fuertes y efectivos y necesita receta médica y seguimiento para su tolerancia y efectividad), la vitamina C y el retinol (de efecto mucho más débil y de uso cosmético en la proporción de entre el 1% y el 5%). Aunque, este último, los médicos lo usamos en proporciones del 10% en adelante para que sea eficaz. También la hidroquinona, pero en altas concentraciones o cuando se usa durante mucho tiempo seguido y sin control médico, puede tener un efecto rebote no deseado. Y en pacientes con manchas resistentes o piel sensible, se emplean otros activos, como el ácido kójico, el azeláico, la arbutina, el ácido fítico y el ácido tranexámico".

### Razones por las que usar un contorno de ojos

**Pedro Catalá**, cosmólogo, doctor en Farmacia y fundador de *Twelve Beauty*, desvela las razones para usarlos y los peligros de extender fórmulas no aptas para esta delicada zona: "Aplicar la hidratante habitual es mejor que nada, pero siempre recomiendo invertir en un producto diseñado para tratar de forma específica el área de los ojos que, además, envejece mucho antes".

- **Cuestión de grosor:** La piel del contorno de los ojos es entre 5 y 10 veces más fina que la del resto del rostro y, por tanto, mucho más delicada.
- **Escasez de glándulas:** Tanto sebáceas como sudoríparas.
- **Tejido de peor calidad:** El contorno de los ojos posee una cantidad menor de tejido adiposo, pero también de colágeno y fibras elásticas. Es por ese motivo que los párpados caen tan pronto.
- **Circulación sanguínea más lenta:** Le cuesta activarse, de ahí la facilidad para levantarse de la cama con bolsas y ojeras.

Para cuidar los labios es fundamental mantenerlos siempre hidratados con cremas específicas formuladas con sustancias protectoras y nutritivas

Las arrugas alrededor de los ojos y los labios, así como las manchas en la piel, son problemas específicos que requieren soluciones concretas

- **Siempre expuesta:** Se trata de zona muy delicada, expuesta constantemente a factores ambientales como el viento, los cambios de temperatura, la contaminación, la humedad, la radiación UV y hasta a posibles irritaciones debido al maquillaje.
- **En constante movimiento:** La prematura aparición de las patas de gallo y las líneas del entrecejo no son casuales, se trata de un área en constante movimiento a través de nuestras expresiones faciales.
- **Envejecimiento prematuro:** Por todo esto tampoco es de extrañar que sea la zona del rostro que antes muestra los signos de envejecimiento. Concretamente, a partir de los 25 años.

### Cómo debería ser el contorno de ojos perfecto

Para el farmacéutico **Pedro Catalá**, una propuesta eficaz es una combinación de péptidos naturales con antioxidantes orgánicos. Otro ingrediente común es la cafeína pero, desafortunadamente, a menudo se mezcla con alcohol (no indicado), ya que aumenta la solubilidad de este gran ingrediente. Algunas fórmulas de cremas para ojos contienen mica u otros pigmentos para minimizar el aspecto de las ojeras o la hinchazón. Y no hay nada de malo en eso, siempre que se sepa que solo se está 'cubriendo' el problema, no resolviéndolo. Por su parte, la centella asiática y el rusco contienen un elevado contenido en saponinas que refuerzan los capilares.

"Otros extractos a los que damos prioridad en este tipo de formulaciones son la caléndula, el hamamelis, el regaliz y el aciano, ya que, además de ser muy calmantes, son capaces de reducir el edema capilar", señala Catalá.

### Contorno de labios. De nuevo visible

Si el contorno de ojos se ha visto afectado por la mascarilla, más aún el de los labios, que hora vuelve a ser visible. La falta de glándulas sebáceas les confiere una gran fragilidad. Además, la paulatina atrofia del maxilar superior y la profundización del surco nasogeniano provocan que el labio superior descienda y la comisura bucal se hunda. Todo ello da como resultado bocas tristes y envejecidas con arruguitas alrededor (conocidas popularmente como código de barras).

Para cuidarlos es fundamental mantenerlos siempre hidratados con cremas específicas formuladas con sustancias protectoras y nutritivas, como pueden ser la vitamina E, la crema de karité o el aceite de germen de trigo, entre otros. Los más indicados son los tratamientos correctores de arrugas con activos revitalizantes y anti-oxidantes capaces de mejorar visiblemente el aspecto del contorno de los labios. Hay que aplicarlos siempre que estén secos y, en especial, por la mañana y por la noche. Las barras de labios con sustancias hidratantes proporcionan elasticidad y, por tanto, ayudan a frenar la aparición de arrugas. Junto al producto recomendado hay que recordar que no se deben humedecer con saliva, puesto que este gesto los deshidrata aún más. +