

Tu aliado en la farmacia para el tratamiento de la piel seca

LA PIEL SECA SE MANIFIESTA CON DESCAMACIÓN, TIRANTEZ, PICOR Y ENROJECIMIENTO. LA MEJOR FORMA DE ABORDARLA ES REALIZAR UN BUEN DIAGNÓSTICO Y RECOMENDAR UNA RUTINA DE HIGIENE Y CUIDADO CON PRODUCTOS ADECUADOS, COMO LA LÍNEA UREA REPAIR PLUS DE EUCERIN.



La piel es un órgano que cubre nuestro cuerpo y lo protege del exterior, y que tiene una estructura dinámica y compleja formada por tres capas y sus anexos (epidermis, dermis, hipodermis). Entre sus principales funciones destacan: función barrera protectora frente a agentes externos, termorregulación, funciones sensoriales, inmunológicas y de síntesis de vitamina D.

Para que estas funciones se realicen correctamente es clave preservar la función barrera, mantener un pH fisiológico y una buena hidratación. Nuestra piel presenta un conjunto de lípidos intercelulares que actúan como un cemento. De estos lípidos, destacan las ceramidas (componen el 40% del total de estos lípidos), el colesterol y los ácidos grasos. También son importantes los factores de hidratación natural (NMF), entre ellos la urea, para asegurar una correcta hidratación de la piel. Todos estos componentes proporcionan protección natural a nuestra piel.

¿Qué es la piel seca?

Piel seca es una piel con deficiencia de lípidos intercelulares. Según distintos estudios científicos, afecta a un tercio de la población, y esto se agrava en ciertos momentos del año, como en invierno o verano, o en determinados momentos de la vida, como en la infancia o en la tercera



¿QUÉ PASA EN VERANO?

El verano es una de las épocas más complicadas para piel, pues el calor daña la barrera protectora y puede hacer que se torne más sensible y seca. Además, estamos en contacto con el agua del mar y el agua de las piscinas, lo que puede agravar la deshidratación. Todo ello sin olvidar que la piel está más al descubierto que en cualquier otra época del año y, por ello más expuesta al sol y a la radiación solar, que también afecta a la barrera cutánea.

edad. Las manifestaciones son descamación, tirantez, picor y enrojecimiento, y es importante tratarla porque la piel seca puede afectar a la calidad de vida. La buena noticia es que podemos prevenirla y actuar para mejorarla.

Las situaciones y enfermedades que pueden cursar con piel seca son muchas. Ejemplo de ello es el envejecimiento, la queratosis pilaris, la psoriasis, la diabetes, la mayoría de tipos de cáncer o la toma de ciertos fármacos, pero la piel seca también puede aparecer en el contexto de una piel sana. De hecho, el frío, el viento, la baja humedad ambiental o el lavado excesivo de la piel contribuyen a favorecer el estado de piel seca. También encontramos piel seca en algunas profesiones en las que se está expuesto al lavado excesivo o a agentes irritantes.

El abordaje de la piel seca

La mejor forma de abordar la piel seca es realizar un buen diagnóstico y recomendar una rutina de higiene y cuidado de la piel con productos adecuados. En cuanto a los lavados, se recomienda que no superen los 10 minutos, mejor con agua tibia y con productos que sean syndets, hipoalergénicos, con pH fisiológico y sin agentes irritantes. Los productos de cuida-

do deben asegurar la reposición de lípidos de la barrera intercelular, aportar agua y prevenir su pérdida y reforzar el manto ácido.

Para ello, la urea, uno de los factores naturales de hidratación presentes en nuestra piel, está considerada como el mejor ingrediente para el cuidado de la piel seca. La urea tiene distintas propiedades que hacen que sea el tratamiento de elección: ayuda a disminuir la pérdida transepidérmica de agua, tiene un importante papel antimicrobiano y acción queratolítica, según su concentración en la fórmula. De hecho, sabemos que, a concentraciones inferiores al 10%, la urea tendrá una acción hidratante, mientras que, a concentraciones superiores al 10%, tendrá una acción queratolítica. Los pacientes con piel seca tienen al menos un 50% menos de urea, por tanto, se beneficiarán de este ingrediente. Estos pacientes también se pueden beneficiar de ingredientes como los otros factores naturales de hidratación o ceramidas.

La importancia de seguir una rutina completa

Es importante mostrar al paciente la importancia de seguir un tratamiento adecuado, pero debemos ser conscientes de que, muchas veces, la ausencia de tiempo o la sensación de no mejoría con estas medidas hará que sea necesario ajustar las rutinas según cada persona. Es posible que, en verano, se elijan texturas más ligeras y fáciles de aplicar pero que, a su vez, sean capaces de mantener la hidratación y el aporte de lípidos. Un tip que podemos dar desde la farmacia es recomendar el uso de hidratantes al menos en brazos y piernas, que serán las partes más afectadas por la sequedad.

En personas mayores, cuidados cosméticos con urea y ceramidas van a mejorar la atrofia y sequedad cutáneas características. En pacientes con psoriasis, el cuidado de la piel ayuda a disminuir la intensidad de los brotes y mejorar la calidad de vida. En pacientes con queratosis pilaris, podemos conseguir una mejoría importante con el uso de cosméticos adecuados. En pacientes oncológicos, la preparación o la recuperación de la piel serán la clave para mejorar su calidad de vida e, incluso, la gravedad de las lesiones. En el caso del paciente diabético, el cuidado de su piel y, sobre todo, de los pies, ayudará a evitar las complicaciones graves de esta enfermedad. +

