

Cuidados de la piel después del sol

Por las doctoras Guadalupe García y Yanina Mohr

En la actualidad, son cada vez más estudiados y conocidos los efectos del sol sobre la piel y a consecuencia de ello, más gente toma conciencia de una buena actitud frente al mismo.

El sol emite radiaciones ultravioletas de tres tipos: A (UVA), B (UVB), C (UVC). Las UVB llegan a las capas más superficiales de la piel, provocando las quemaduras solares y al cabo de unos días, la coloración bronceada como respuesta a la inflamación producida por el sol. Las UVA llegan a capas profundas de la piel, siendo hoy las más relacionadas con la aparición de cáncer de piel. Son estables durante todo el año y a cualquier hora del día, atravesando nubes y vidrios. De aquí que es muy importante entender que el bronceado es una respuesta de defensa a la injuria solar, no sinónimo de belleza.

Sin embargo a pesar de haber sido cuidadosos con nuestra piel y haberla protegido adecua-

damente, siempre, luego del verano hay más posibilidades de encontrarnos con una piel deshidratada, con melasma, lentigos (manchas) y muchas veces con aspecto envejecido. Para contrarrestar estos efectos existen muchas opciones de diverso grado de complejidad.

Los “Tratamientos tópicos domiciliarios” se basan en el uso de protectores solares de amplio espectro (cobertura para UVB y UVA) diariamente, cremas hidratantes para el día (que ayudan a retener líquidos) y cremas nutritivas para la noche (que son más pesadas y lubricantes). Entre los principios activos que se pueden incluir en estas formulaciones se encuentra el ácido hialurónico que se caracteriza por su gran

capacidad de retener agua, la vitamina A, la vitamina E, ácidos frutales todos éstos convienen que se presentan en forma de liposomas para que puedan penetrar mejor dentro de la piel.

El “Tratamiento sistémico domiciliario” propone una adecuada ingesta de líquidos para mejorar la hidratación de la piel; antioxidantes vía oral, ya sea como suplemento en comprimidos o en la dieta. Estos últimos ayudarían a evitar los efectos dañinos del sol al disminuir la formación de radicales libres que lesionan el ADN celular.

Tratamientos dermatológicos

a) Peeling químico: Consiste en la aplicación de diversos ácidos sobre la piel que provocan una

descamación variable de acuerdo a la intensidad del ácido utilizado. Este tratamiento puede ser aplicado en rostro, cuello, escote, brazos, manos, etc., y su función es renovar la piel, disminuir arrugas, eliminar manchas y mejorar cicatrices.

b) Microdermoabrasión con punta de diamantes: Es un pulido con “microdiamantes”, que genera descamación celular, lográndose también la corrección de imperfecciones (manchas, arrugas, cicatrices), con efecto inmediato en la luminosidad y suavidad de la piel.

c) Mesolifting: Se basa en la introducción de productos en la dermis mediante micropunturas con aguja muy delgada. Se utilizan sustancias tensoras, despigmentantes, regeneradoras de colágeno, antioxidantes o hidratantes, de acuerdo al diagnóstico médico. Es un procedimiento rápido, y con sesiones semanales se logra recuperar la vitalidad de toda la zona tratada.

d) Fotorrejuvenecimiento láser: Mediante la aplicación de Luz Intensa Pulsada (IPL) es uno de los más modernos tratamientos para recuperar la belleza natural de la piel, de manera no invasiva, rápida y sin tiempo de recuperación. Se utiliza para tratar manchas y pigmentaciones, enrojecimiento, pequeños capilares y venitas, arrugas finas y laxitud, poros dilatados y signos de daño solar de la piel.

Todas las opciones detalladas contribuyen en forma aislada a mejorar la piel, lográndose aún más beneficios si se utilizan en forma combinada. www.cdllihuen.com.ar

