

El cuidado de la zona íntima femenina gana valor

La higiene íntima es esencial para evitar infecciones y mantener una sexualidad saludable, y debería realizarse con especial cuidado durante ciertas etapas de la vida como la menopausia o el postparto.



ESPERANÇA FIGUEROLA, RESPONSABLE DE I+D NEFTIS LABORATORIOS

EL CUERPO DE CADA MUJER es único y, de la misma manera, lo es el área vulvovaginal, que tiene un ecosistema particular formado por mecanismos de defensa innata que colaboran en mantener sano el tracto genital femenino. Estos son la piel, las secreciones, el pH ácido y la flora vaginal, dirigidos en gran parte por el sistema endocrino y el sistema inmunológico.

La piel de los genitales femeninos presenta una mayor hidratación que la del resto del cuerpo, está sometida a una constante fricción y no se encuentra queratinizada. Por ello, es más permeable y

susceptible a irritaciones y/o infecciones e implica un especial cuidado. Las células epiteliales vaginales se renuevan rápidamente y producen una serie de compuestos con actividad antimicrobiana. La lisozima y la lactoferrina son un ejemplo de ello.

La microflora vaginal es todavía poco conocida, es diversa y no es común en todas las mujeres, e incluso diversos estudios demuestran que varía en función de la etnia. A pesar de ello, se sabe que mantener el equilibrio vaginal es vital

para la salud de la zona, porque mantiene el pH ácido y es un mecanismo de defensa contra los patógenos. Los lactobacilos, el género de bacterias más abundante, son los que producen ácido láctico, asegurando así que el pH sea ácido y aporte protección natural en la zona.

Durante la edad fértil, el estrógeno juega un papel clave en el mantenimiento del entorno vaginal normal. La piel de la vagina es gruesa y los pliegues se mantienen húmedos por el fluido secretado a través de la pared vaginal, el moco del cuello uterino y las glándulas de Bartolini. A medida que las mujeres



envejecen, la concentración de estrógenos disminuye y la vagina y la vulva se vuelven más secas y menos elásticas, lo cual puede ocurrir antes en mujeres estresadas, que toman antidepresivos, que se han sometido a tratamientos contra el cáncer o a una cirugía para reducir su riesgo de cáncer, entre otras. Este proceso ocasiona una mayor sequedad, irritación vaginal y aumenta la susceptibilidad a traumas e infecciones vulvovaginales. Estos impedimentos fisiológicos pueden causar una disminución de la excitación sexual, la libido, y la capacidad para lograr el orgasmo.

DESASFORTUNADAMENTE, HAY DIVERSOS FACTORES que pueden **alterar este equilibrio vaginal**. Los factores internos serían la edad, los cambios hormonales (menarquía, menstruación y embarazo) y las infecciones. Los factores externos son las relaciones sexuales, el uso de ropa ajustada, el uso de antibióticos, la terapia de reemplazo hormonal y las prácticas de higiene (contaminantes). Su alteración puede dar lugar a alteraciones dérmicas y a infecciones urinarias o vaginales, bacterianas o por candidas. Los signos y síntomas más comunes son el picor, ardor, dolor y flujo inusual, lo que lleva a perturbaciones del sueño y disminución de la calidad de vida.

La sequedad vaginal es frecuente entre las mujeres de todas las edades, pero es particularmente común durante y después de la menopausia. Tal y como hemos comentado es uno de los síntomas de la atrofia vulvovaginal. Las repercusiones de la sequedad vaginal en las relaciones interpersonales, la calidad de vida,



las actividades cotidianas y la función sexual pueden ser importantes, pero con frecuencia se subestiman.

PERO LA PREGUNTA ES: ¿por qué si se intuye que la salud íntima es tan importante para una mujer, como puede ser el cuidado de otras zonas del cuerpo (el rostro o el cabello), **solo el 18% de las españolas utilizan productos de higiene íntima**? Esta es una cifra muy baja si la comparamos con países como Italia, donde alcanza el 65%. Además, siguen existiendo ciertos tabúes en nuestro país y esta afección a menudo no se notifica ni se trata adecuadamente. Una mayor educación sobre la sequedad vaginal y la gama de tratamientos disponibles es esencial para alentar

a más mujeres a encontrar la ayuda necesaria para esta alteración.

Los hidratantes son eficaces para aliviar el malestar debido a la sequedad vaginal leve a moderada, en particular cuando existe una contraindicación para el estrógeno o se opta por no utilizarlo. Se debe aconsejar la elección de un producto que esté óptimamente equilibrado tanto en términos de osmolalidad como de pH, y que sea fisiológicamente similar a las secreciones vaginales naturales.

- **Kit de higiene íntima**

Teniendo en cuenta todos estos datos, es fácil determinar que las mujeres españolas deberían tomar mejor consciencia de su higiene íntima y recurrir a productos adecuados que cuiden, según su

A MEDIDA QUE LAS MUJERES ENVEJECEN, LA CONCENTRACIÓN DE ESTRÓGENOS DISMINUYE Y LA VAGINA Y LA VULVA SE VUELVEN MÁS SECAS Y MENOS ELÁSTICAS. ESTOS IMPEDIMENTOS FISIOLÓGICOS PUEDEN CAUSAR UNA DISMINUCIÓN DE LA EXCITACIÓN SEXUAL



fisiología y momento vital, su pH y flora vaginal.

Por ello, con el objetivo de tratar y dar la importancia que se merece la zona íntima femenina, desde Neftis Laboratorios proponemos un kit de cuidado íntimo que está compuesto por un gel limpiador, una crema hidratante y un peeling rejuvenecedor.

- **Gel limpiador íntimo**

Las mujeres de todas las edades requieren una higiene íntima diaria para mantener su área genital limpia. Se debe prevenir la acumulación de flujo vaginal, sudor, orina y contaminación fecal para evitar la ofensiva de un olor corporal desagradable.

Neftis Laboratorios apuesta por un gel suave cuidadosamente

formulado con un pH ideal con un ácido de entre el 4,5 al 5,5 para no alterar la flora natural y aumentar la homeostasis de la piel. Puede ser de uso diario con el objetivo de reducir el riesgo de recurrencia de infecciones bacterianas y servir como coadyuvante durante tratamientos antibióticos.

- **Gel humectante íntimo**

Gel-crema para el cuidado íntimo diario de las mujeres. Proporciona protección natural de la piel previniendo el malestar, sequedad, irritaciones e infecciones. También hidrata y calma, aportando un equilibrio natural a la piel.

- **Peeling íntimo**

Destinado a aquellas mujeres que, por el paso de los años, les resulta molesto o incómodo verse la

zona íntima más flácida, arrugada y oscura. En Neftis Laboratorios hemos desarrollado un peeling de blanqueamiento y rejuvenecimiento de la parte externa de los labios mayores con ácido kójico, retinol y resorcinol. Se recomienda usarlo con sesiones semanales continuas hasta obtener los resultados deseados.

Consiste en un peeling microscópico, mínimamente invasivo de pH 3.0-3.5 indoloro. El objetivo es aclarar las manchas y estimular la producción de colágeno, logrando una mayor firmeza de la zona vulvar.

Este mismo producto podría ser utilizado también para eliminar manchas o blanquear zonas cubiertas por piel, no en mucosas como la ingle, el monte de Venus, el área perianal y los glúteos 