

Revolución pro-aging para mantener una piel vital y saludable a cualquier edad

Cuando hablamos de envejecimiento nos referimos al proceso degenerativo que nuestra piel sufre con el paso de los años. Este envejecimiento de nuestra piel se debe a una acumulación gradual de fallos, tanto a nivel celular como de tejidos (histológicos), por lo que es fundamental tener en cuenta factores de prevención y tratamiento para mantener las estructuras de la piel en estado óptimo durante más tiempo.



PATRICIA CASTRO, *farmacéutica y formadora técnica en Laboratorios BABÉ*

ESTE PROCESO NATURAL DE ENVEJECIMIENTO DE LA PIEL se puede dividir en dos partes: por un lado, existe una parte que responde a los factores biológicos propios de cada persona y que repercute en un 25% del proceso, mientras que hay un porcentaje externo que asciende al 75% y que recae en nuestras manos, pues depende de nuestro estilo de vida, al que también se le denomina exposoma.

El exposoma engloba todos aquellos factores externos que podemos controlar a nuestro favor y que forman parte de nuestro estilo de vida. Recientemente se han identificado 7 factores externos que afectan al envejecimiento de la piel: radiación solar, contaminación, tabaco, temperatura, nutrición, estrés y falta de sueño.

Hasta hace relativamente poco tiempo se le daba mucha mayor

relevancia a la radiación solar que al resto de los factores, categorizando a los rayos UV como los principales responsables del envejecimiento prematuro de la piel, también llamado fotoenvejecimiento. Sin embargo, cada vez tenemos mayor conocimiento de que la contaminación juega un papel clave en el envejecimiento. De hecho, la evidencia científica ha demostrado que la contaminación es capaz de dañar los principales escudos protectores de la piel, la función barrera y el microbioma, lo que se traduce en un aumento de la sensibilidad cutánea y un agravamiento de muchas patologías inflamatorias relacionadas.

Por otro lado, la nutrición va ganando cada vez más y más importancia en nuestra búsqueda de un estilo de vida saludable, pero también es relevante en el proceso del

envejecimiento. El consumo de azúcar se asocia a pérdida de hidratación y de firmeza a causa de la reacción de glicación de las proteínas. Como resultado, se producen productos finales de glicación avanzada (AGEs) que provocan la desestructuración de la dermis, otorgando rigidez a la vez que aumentan el estrés oxidativo.

El control del exposoma supone una estrategia de prevención perfecta para la promoción de la salud de la piel. Así que, además de llevar un estilo de vida saludable, el uso de cosméticos específicos que actúen como un escudo protector frente a las agresiones externas podría formar parte de una estrategia muy sencilla para mantener una apariencia joven y saludable de la piel, independientemente de la edad cronológica.

La nueva generación de cosméticos multifunción persigue varios objetivos para conseguir una

piel sana y saludable a cualquier edad:

1. Ser un escudo eficaz frente al exposoma, lo que refuerza la función barrera y el microbioma de la piel. Para ello se utilizan activos como la carnosina, filtros solares o prebióticos.
2. Actuar sobre los indicadores moleculares del envejecimiento para frenar e intentar borrar algunos de los signos visibles, gracias a activos multi función como la teprenona, la centella asiática, el retinol, la caléndula, el DMAE, el ácido hialurónico, las ceramidas, el colágeno o la elastina.

CADA VEZ SON MÁS LOS CONSUMIDORES

que muestran interés por la composición de los productos dermocosméticos que aplican en su piel, pero pocos son conocedores realmente de sus usos y beneficios. Conocemos muchos activos con acción antiedad que se han ido utilizando a lo largo del tiempo. No obstante, la innovación no puede faltar en el mundo cosmético y, por ello, la investigación no se centra únicamente en encontrar nuevos activos, sino también en mejorar los ya existentes, cuyos efectos sobre la piel son notables y generan confianza en el consumidor por ser muy conocidos.

Un ejemplo de ello es uso de retinol. Los retinoides pueden ser compuestos naturales o sintéticos. Su potencia o eficacia puede variar según su naturaleza, su concentración, la necesidad de conversión metabólica a compuestos activos y la formulación que influye en la penetración de la piel. La vitamina A y sus derivados

tienen efectos antienvjecimiento y ayudan a mejorar la apariencia de la superficie de la piel gracias a su poder renovador. Por ello, se encuentran entre las sustancias más efectivas que retrasan el proceso de envejecimiento.

Sin embargo, son bien conocidos los efectos secundarios del retinol como irritación, sequedad, sensibilidad al sol, sensación de quemazón... Una técnica innovadora es la encapsulación del retinol a través de la nanotecnología. De esta forma, conseguimos un sistema de liberación que permite encapsular una alta concentración de retinol, evitando sus efectos secundarios. Posibilita formulaciones con altos niveles de ingrediente activo, mantiene el retinol estable en el cosmético, penetra y aumenta la biodisponibilidad de este, liberándolo en el tiempo.

Por otro lado, también podemos hablar de un novedoso activo asociado a la acción antiedad del retinol: el bakuchiol. El bakuchiol y el retinol, pese a no tener una estructura muy similar, muestran una expresión génica parecida y, por ello, es considerado un activo 'retinol-like', consiguiendo similares beneficios para la piel. El bakuchiol, también conocido como el retinol vegano de nueva generación, tiene su origen en la medicina tradicional china e india, donde comenzaron a utilizarlo hace ya algunas décadas. El bakuchiol es un activo de origen natural que se obtiene a través de un proceso de extracción de la planta babchi o *psoralea corylifolia*.

A diferencia del retinol, uno de los grandes beneficios del bakuchiol es que es altamente

tolerable en pieles sensibles. Entre sus múltiples beneficios destaca su alto poder antioxidante y su acción estimulante de la síntesis de colágeno, que ayuda a mejorar la firmeza y la elasticidad de la piel. Además, su acción correctora, previene y corrige arrugas, así como unifica el tono y aporta luminosidad al rostro.

OTRO EJEMPLO EN INNOVACIÓN

ANTIEDAD es la estabilización de la Vitamina C por conjugación. Se emplea vitamina C estable (ácido ascórbico) y se estabiliza con glutatión y conjugada con partículas de oro. Gracias a ello, se consigue una excelente penetración en la piel de forma eficiente.

Tan importantes son los activos que están presentes en los productos dermocosméticos como la aplicación de estos en la piel. Es importante ejercer en la piel masajes suaves siempre en dirección de dentro hacia afuera y de abajo arriba, de manera que estimulemos la circulación. Importantísimo no olvidar la piel del escote y cuello como parte de nuestra rutina facial para que los productos hagan el mismo efecto que en el rostro.

Como conclusión, el envejecimiento es un proceso natural a la vez que complejo, por lo que la mejor forma de combatirlo es adoptando un estilo de vida saludable que lo prevenga y a través del uso de fórmulas con variedad en sus activos que actúen en las distintas etapas del proceso. Con todo ello podemos conseguir nuestro bienestar general y el de nuestra piel, lo que se traduce en una mejor apariencia (salud) y en un aspecto más rejuvenecido 