EDICIÓN 49
FEBRERO 2025

FLACIDEZ EN LA PIEL DEL ROSTRO, ¿CÓMO TRATARLA?

LA PIEL, REFLEJO DE NUESTRAS EMOCIONES Y DE NUESTRA SALUD

PRURITO: ¿QUÉ ES? ¿QUÉ LO CAUSA?

CASPA BAJO CONTROL

CON LATINOLOGÍA SERUM ANTICASPA

Bella Piel®

Bella Piel®

San Valentín es la fecha ideal para celebrar el amor, tanto hacia los demás como hacia nosotros mismos.

En este mes tan especial, ¿por qué no empezar cultivando una relación más saludable con nuestro cuerpo, especialmente con nuestra piel? La conexión entre nuestras emociones y la piel es más profunda de lo que imaginamos.

La felicidad, la tristeza o el estrés pueden dejar huellas visibles, como la flacidez facial, o, especialmente si no logramos manejar la ansiedad, la aparición de afecciones como el prurito (picazón), que tiene también otras causas que exploraremos más adelante. Te invitamos a leer cada uno de los artículos para descubrir cómo la piel se transforma con el paso del tiempo, y con las emociones.

Bella Piel®

Flacidez en la piel del rostro, ¿Cómo tratarla?

Dra. Lise Aguirre Viteri
Médico estético, antienvejecimiento y longevidad

ver

La piel, reflejo de nuestras Emociones y de nuestra salud

Dr. Juan Sebastián Puentes
Médico General- Residente de Dermatologia

ver

Prurito: ¿qué es? ¿Qué lo causa?

Dr. Diana Milena Ramírez
Médico Estético

ver

Bella Piel®
CASPA
BAJO CONTROL
CON LATINOLOGÍA SERUM ANTICASPA
[78%]
SCALP-SALIXIN
DE LAS PROPIEDADES DE ACTIVOS PRINCIPALES
Reducción en la severidad de la caspa en 28 días.
Antes
$115.000
AHORA
92.000
ScalpShieldX
Serum Anticaspa
Equilibra el Cuero Cabelludo
Scalp Renew Anti-Dandruff Serum
Formulación avanzada con tecnología patentada de última generación que reduce la producción de caspa, equilibra el cuero cabelludo, y restaura la hidratación del cuero cabelludo con activos calmantes.
Latinología
[ADVANCED]
Previene la caspa
Disminuye la picazón
Protege y fortalece la fibra capilar
*APLICAN T&C. CONSULTA EN WWW.BELLAPIEL.COM.CO

FLACIDEZ EN LA PIEL DEL ROSTRO, ¿CÓMO TRATARLA?

Dra. Lise Aguirre Viteri
Medico estético, antienvejecimiento y longevidad
dra.liseaguirre

La flacidez facial es una condición única y personal que nos afecta a todos los individuos. Se entiende como una condición cosmética que ocurre cuando la piel del rostro pierde firmeza, volumen y elasticidad, debido a la disminución de la producción de dos proteínas: elastina y colágeno, lo cual genera una evidencia física de descolgamiento en la piel del rostro, que se puede desencadenar por múltiples factores, como:

- Carga genética
- Factores ambientales (radiación solar)
- Contaminación
- Hábitos inadecuados (como ser fumador, uso indiscriminado del tabaco, estrés)
- Vida sedentaria y cambios de peso

¿Cuáles son los síntomas de la flacidez?

Se empieza a evidenciar pérdida de definición en el óvalo facial, bolsas en los ojos (párpados caídos), descolgamiento en el área de la papada, arrugas más prominentes en los surcos alrededor de la boca, aparición de arrugas periorales y pliegue de marionetas en las comisuras labiales.

¿Cómo podemos tratar la flacidez facial?

Antes de responder, es importante preguntarnos cómo podemos prevenirla. El envejecimiento de la piel es un proceso natural e inevitable que ocurre con el paso del tiempo y de manera única en cada persona. La piel comienza a experimentar cambios en su apariencia y textura, principalmente debido a la pérdida de colágeno y grasa facial.

Entonces, **¿Cómo podemos empezar a prevenirla?**

- Adoptando hábitos alimenticios saludables
- Practicando gimnasia facial
- Durmiendo bien
- Evitando el consumo de alcohol y tabaco
- Manteniendo una hidratación adecuada
- Protegiendo la piel del daño solar: Usar un protector solar adecuado para nuestro tipo de piel.

Estos pequeños cambios en la rutina diaria pueden generar grandes resultados y contribuir al cuidado de la piel durante el proceso de envejecimiento.

Sin embargo, como ya se mencionó, el envejecimiento es un proceso inevitable; existen varios tratamientos médico-cosméticos y quirúrgicos para mejorar la apariencia de la piel. Es importante tener en cuenta que cada persona y paciente son únicos, por lo que se requiere una evaluación individual para determinar cuál es la mejor opción de tratamiento.

Tratamientos médico-cosméticos:

1. **Rellenos dérmicos:** Aquí hablamos de ácido hialurónico, que ayuda con la hidratación de la piel, rellena arrugas y surcos, genera un efecto rejuvenecedor en el rostro y realza zonas específicas. Es un procedimiento no quirúrgico, no doloroso, con resultados inmediatos, y reversible.

2. Hilos tensores: Estos hilos brindan un efecto lifting sin cirugía, con resultados inmediatos. Buscan proporcionar un aspecto más joven, mejorar la calidad y textura de la piel, ya que estimulan la producción de colágeno. La recuperación es rápida y los resultados son personalizables (se usan para elevar las mejillas, reafirmar el cuello, dar simetría al rostro, reafirmar el contorno facial, entre otros).

3. Bioestimuladores faciales: Existen dos grandes grupos: hidroxiapatita de calcio y ácido poliláctico. Su objetivo es tratar las líneas faciales, las líneas de expresión, arrugas faciales, la pérdida de volumen facial, y mejorar la apariencia de las cicatrices de acné. Sin embargo, los resultados visibles varían según el tiempo de aplicación.

4. Uso de retinoides: Estos actúan en la epidermis, ayudando a mejorar manchas y la textura de la piel.

5. Uso de vitamina C: Garantiza y estimula la síntesis de colágeno. Se presenta en serums o ampollas.

6. Toxina botulínica

7. Suplementos de colágeno y vitamina A

Además, existe un tratamiento quirúrgico realizado por cirugía plástica, el llamado lifting facial para mejorar la apariencia de la piel.

LA PIEL, REFLEJO DE NUESTRAS EMOCIONES Y DE NUESTRA SALUD

Dr. Juan Sebastián Puentes
Médico General- Residente en Dermatología
Juansepuenteso

La piel es nuestro vestido natural, un órgano fascinante que nos acompaña y nos protege todos los días. Además de ser la capa que cubre y protege nuestro cuerpo, la piel es el reflejo de cómo nos sentimos. No solo responde a los factores ambientales sino también a nuestras emociones. La Organización Mundial de la Salud define la salud como un estado de bienestar físico, mental y social; en este sentido, la piel ocupa un lugar fundamental.

La piel de un adulto cubre unos 2 metros cuadrados y pesa alrededor de 5 kg, lo que la convierte en el órgano más grande y uno de los más complejos. Sus funciones van desde protegernos de las amenazas externas hasta regular la temperatura, además de ayudarnos a percibir el mundo a través de su sentido del tacto. En solo un centímetro cuadrado de piel, tenemos más de 5.000 receptores que nos permiten sentir el tacto y la textura, transmitiendo señales al cerebro en milisegundos.

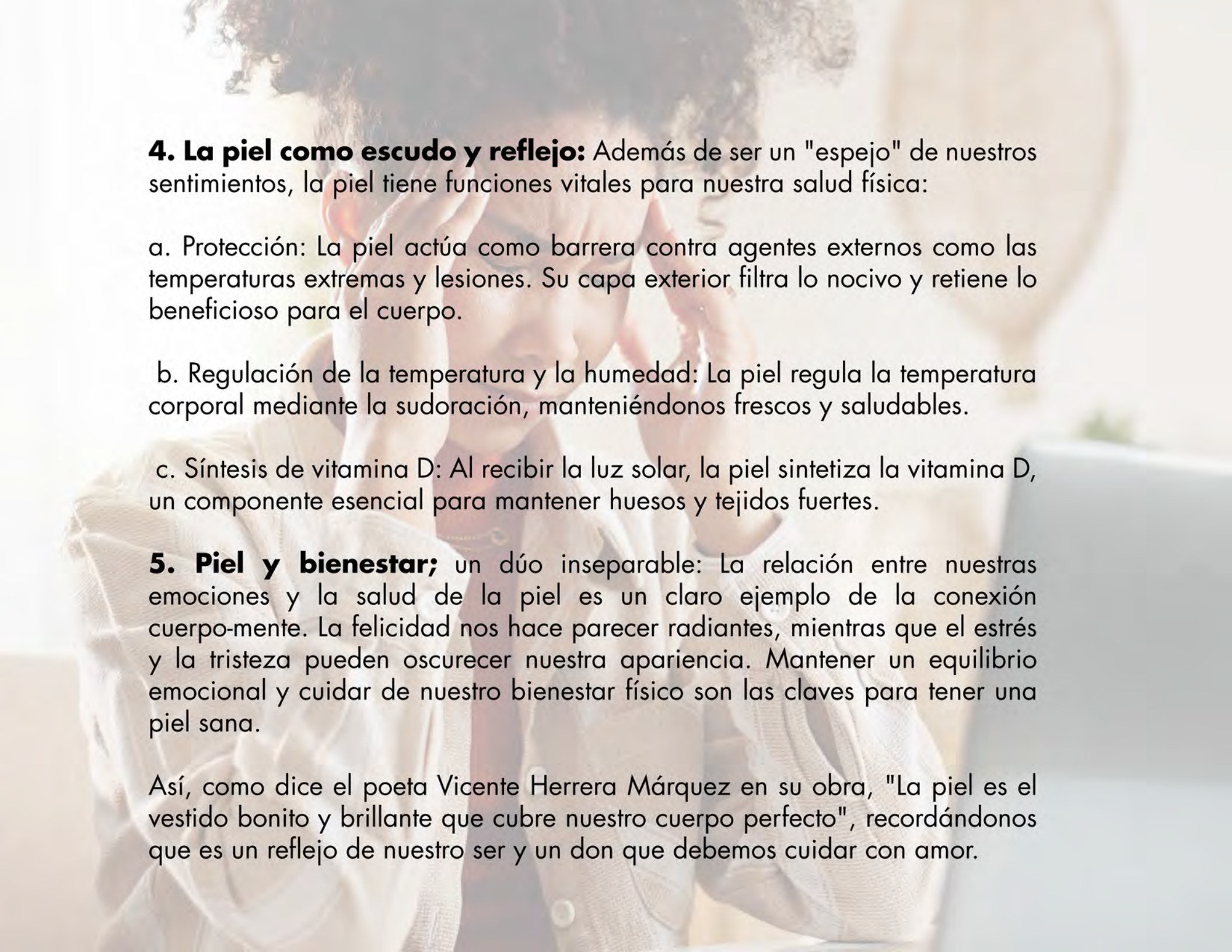
Las emociones en nuestra piel

Nuestra piel es sensible no solo a los cambios físicos, sino también a los estados emocionales. Veamos cómo la felicidad, la tristeza y el estrés dejan marcas visibles en nuestra piel:

1. **Felicidad y piel brillante:** Cuando estamos contentos, el cuerpo libera "hormonas de la felicidad" como la serotonina y las endorfinas, mejorando la circulación sanguínea y favoreciendo un aspecto brillante y saludable. Además, la felicidad se asocia con una mayor producción de colágeno, una proteína clave para la elasticidad y firmeza de la piel. Así, la felicidad literalmente nos hace brillar, dándole a nuestra piel un aspecto fresco y radiante.

2. La tristeza y su impacto en la apariencia: Por otra parte, la tristeza también se refleja en nuestra piel. En momentos tristes, sobre todo cuando no dormimos bien o lloramos, pueden aparecer ojos y piel apagados. Además, la tristeza debilita nuestro sistema inmunológico, lo que puede empeorar problemas de la piel como el acné o la psoriasis. Estos efectos muestran cómo el estado emocional puede debilitar las defensas naturales de la piel.

3. Estrés y desgaste de la barrera cutánea: El estrés es otro factor que afecta profundamente la salud de la piel. Cuando estamos estresados el cuerpo produce cortisol, conocido como la "hormona del estrés". El aumento de cortisol puede provocar que las glándulas sebáceas produzcan más sebo, lo que favorece la aparición del acné. Además, el estrés puede debilitar la barrera de la piel disminuyendo su capacidad de retener hidratación y de protegernos de la irritación. En situaciones de estrés crónico las afecciones inflamatorias de la piel como el eczema, la psoriasis y la rosácea, pueden empeorar.



4. La piel como escudo y reflejo: Además de ser un "espejo" de nuestros sentimientos, la piel tiene funciones vitales para nuestra salud física:

a. Protección: La piel actúa como barrera contra agentes externos como las temperaturas extremas y lesiones. Su capa exterior filtra lo nocivo y retiene lo beneficioso para el cuerpo.

b. Regulación de la temperatura y la humedad: La piel regula la temperatura corporal mediante la sudoración, manteniéndonos frescos y saludables.

c. Síntesis de vitamina D: Al recibir la luz solar, la piel sintetiza la vitamina D, un componente esencial para mantener huesos y tejidos fuertes.

5. Piel y bienestar; un dúo inseparable: La relación entre nuestras emociones y la salud de la piel es un claro ejemplo de la conexión cuerpo-mente. La felicidad nos hace parecer radiantes, mientras que el estrés y la tristeza pueden oscurecer nuestra apariencia. Mantener un equilibrio emocional y cuidar de nuestro bienestar físico son las claves para tener una piel sana.

Así, como dice el poeta Vicente Herrera Márquez en su obra, "La piel es el vestido bonito y brillante que cubre nuestro cuerpo perfecto", recordándonos que es un reflejo de nuestro ser y un don que debemos cuidar con amor.

PRURITO: ¿QUÉ ES? ¿QUÉ LO CAUSA?

Dr. Diana Milena Ramírez
Médico Estético
dra.Dianamramirez

El prurito es el término médico para referirse a lo que comúnmente se llama "picazón"; es la sensación incómoda que provoca el deseo de rascarse la piel. Este síntoma puede ser causado por una variedad de factores, desde problemas dermatológicos hasta reacciones a medicamentos, infecciones, alergias o enfermedades sistémicas. Es el síntoma más frecuente en las consultas dermatológicas ya que está asociado a múltiples enfermedades de la piel y/o puede ser el resultado de otra enfermedad sistémica.

Causas del prurito

- Enfermedades de la piel: como eczema, dermatitis, urticaria (ronchas) o psoriasis.
- Alergias: reacciones alérgicas a alimentos, productos cosméticos, medicamentos, etc.
- Infecciones: como micosis (hongos) o parásitos en la piel.
- Enfermedades de otros órganos: Los problemas en el hígado como la acumulación de bilirrubinas en la sangre y las alteraciones renales pueden causar picazón.
- Trastornos endocrinos y hormonales: como la diabetes, hipotiroidismo y embarazo.
- Efectos secundarios de medicamentos: algunos medicamentos pueden provocar picazón como efecto adverso.
- Cáncer: específicamente asociado a linfoma.
- Trastornos neurológicos: como la ansiedad.

¿En quiénes se presenta?

Se presenta en el 22% al 26% de la población general siendo más común en personas mayores de 65 años y predominante en el sexo masculino.

Clasificación

El prurito se considera el síntoma cardinal de muchas enfermedades comunes de la piel. La picazón puede presentarse en una o varias zonas del cuerpo y de diversas maneras, lo que permite clasificarla de la siguiente forma:

- **Según su localización:** prurito local (en una zona) o generalizado (en todo el cuerpo).

- **Según el tiempo de evolución:** el prurito agudo es aquel que dura menos de 6 semanas, y el crónico es el que persiste más de 6 semanas.

- **Según su origen:**

- **Neurogénico:** causado por las células y sustancias inflamatorias que produce el organismo ante los agentes externos o internos.

- **Neuropático:** es poco frecuente, se presenta en el 8% de la población, y está relacionado con daños en las terminaciones nerviosas.

Diagnóstico

El diagnóstico del prurito es clínico y debe ser realizado por un profesional en medicina. Algunas veces se requieren pruebas complementarias, como análisis de sangre, cultivos y test de alergia, entre otros exámenes paraclínicos para determinar la causa y de este modo enfocar el tratamiento.

Tratamiento

El tratamiento depende de la causa subyacente. El médico recetará medicamentos orales, como antihistamínicos, antibióticos, antidepresivos, o según sea el caso medicación tópica en forma de ungüentos, cremas, anestésicos tópicos o inhibidores de la calcineurina. Además de este tratamiento, es indispensable el cuidado complementario en casa para mantener la salud de la piel.

En caso de que presentes prurito, te recomiendo utilizar cremas emolientes, que pueden ayudarte a aliviar la picazón. Evita rascarte ya que esto empeora la condición y crea un círculo vicioso de rascado inapropiado.

También puedes usar cremas reparadoras de la barrera cutánea y pro-cicatrizantes, protección solar adecuada, manejar el estrés, llevar una dieta equilibrada rica en probióticos y prebióticos, y realizar ejercicio regularmente. Las medidas de cuidado en casa pueden acelerar el proceso de recuperación y ser muy útiles para superar esta condición.

Por supuesto no dudes en consultar a un profesional en medicina. Siempre estaremos dispuestos a ayudarte.

Bibliografía

Navarro-Triviño (2023) Prurito en dermatología. Generalidades y patógenos. Parte 1Pruritus in Dermatology: Part 1 – General Concepts and Pruritogens https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0001731023002235 Solórzano-Amador A, Ronderos-Acevedo MC. Prurito. Parte I.(2012)Fisiopatología y enfermedades asociadas. Rev CES Med; 26(2): 249-259 http://www.scielo.org.co/pdf/cesm/v26n2/v26n2a13.pd

HYALURON-
FILLER
EPIGENETIC SERUM
NUEVO
LUCE HASTA
5 AÑOS MÁS JOVEN
RESULTADOS EN
4 SEMANAS*
Eucerin®
HYALURON-
FILLER
EPIGENETIC SERUM
CON EPICELLINE®
Cont. neto 30ml
INVESTIGACIÓN DERMATOLÓGICA
TECNOLOGÍA PATENTADA
AGE CLOCK
Bella Piel®
* Resultados visibles después de 4 semanas de uso regular. Los resultados pueden variar de persona a persona. Basado en estudio de percepción. Beiersdorf A.G.