

# Blanco NUCLEAR

...Y no es un ANUNCIO de detergente. Un día te levantas y tienes en tu ROSTRO una mancha oscura que no habías visto nunca y que NO SE BORRA con exfoliante. ¿Qué has hecho MAL?

Aderezar, dorar y luego despigmentar. Un poquito de bronceador, o un chorro de aceite, y vuelta y vuelta es el ritual más utilizado en nuestro país durante los meses de sol, con la firme convicción de que nuestra piel estará más bonita en pocos días. Aún no somos conscientes de que la piel memoriza cada rayo, bueno y malo, y atrapa cada radical libre que revolotea a nuestro alrededor. «Tienen una gran capacidad oxidante y son los causantes de su envejecimiento», explica Inmaculada Canterla, farmacéutica y directora de

Cosmeceutical Center (tel. 673 375 357). Si a ello añadimos el error de no cuidar la piel durante el año, la aparición de manchas será sólo el principio. Una reparación a tiempo es esencial para cuidar la dermis desde el interior. «Unificar el tono, combatir la oxidación celular y tratar el fotoenvejecimiento son los objetivos más demandados tras las vacaciones», afirma. «Por ello, hay que encontrar los protocolos adecuados que ayuden a reforzar la exfoliación y renovación de la piel, ayudando a regenerarla y eliminar las manchas».

La aparición de manchas se ha convertido en una de las mayores preocupaciones de las mujeres, que aterrizan en las clínicas con la esperanza de borrarlas sin dejar huella. Susanna Roca, miembro de la Sociedad Española de Químicos Cosméticos y formuladora de Bella Aurora, explica que «es importante entender su proceso de formación: cuando la radiación solar incide sobre la piel, esta se defiende generando melanina que, en vez de repartirse de forma homogénea, se concentra en un punto». Algunas están latentes en nuestro ADN y otras salen por la edad.

## PROTOTIPOS

### EL MELASMA

Son manchas de color marrón habituales durante el embarazo y que suelen localizarse en el rostro.

La Dra. Eftekhar, Clínica de la Dra. Katy Eftekhar (tel. 917 333 575), afirma que «su tratamiento supone un desafío ya que son las más rebeldes. Pero responden muy bien a terapias que combinan láser y mascarillas despigmentantes».

### LENTIGOS

Aparecen en la cara, dorso de las manos, hombros y escote. Su presencia está relacionada con la sobreexposición solar acumulada y según la Dra. Cristina Hoyos, dermatóloga de Clínicas Ceta (tel. 902 122 123), «tienen una mejor respuesta a los tratamientos despigmentantes, logrando su desaparición completa en pocas sesiones».

### PUNTOS RUBÍ

Son lesiones benignas de color rojo intenso que pueden ir surgiendo en cualquier parte del cuerpo. Tienen una tendencia genética y la solución más efectiva, tal y como afirma la doctora Hoyos, es el láser vascular o la luz pulsada optimizada, que «en una o dos sesiones los destruye». No se pueden prevenir, debido a la herencia, y su tratamiento es meramente estético.

## DOS

### soluciones estrella

*A pesar de no existir aún la milagrosa goma de borrar, algunos centros estéticos ofrecen alternativas bastante eficaces*

#### TERAPIA INTRALESIONAR DESPIGMENTANTE

Primera mesoterapia aplicada en la mancha directamente, previene la sobreproducción de melanina. Permite preservar la integridad de la capa córnea sin dañar la epidermis, por lo que se puede realizar también en verano. En Centro Médico Lajo Plaza (tel. 913 600 853).

#### BRIGHTENING PEEL SEQUENTIAL SYSTEM

Tratamiento en cabina que combina ácido glicólico, para una acción renovadora y profunda, con ácido cítrico y fítico, que contribuyen a suavizar las manchas superficiales y a unificar el tono de la piel. En Centros Skeyndor (skeyndor.com).

Cuando pasamos de preocuparnos a obsesionarnos, hay que plantearse que «no basta con someterse a un tratamiento y ya está», dice **Vicente Lajo Plaza**, director del Centro Médico Lajo Plaza. «Después, hay que proteger la piel continuamente. La constancia es clave». Esta premisa requiere combinar la rutina de prevención desde casa, junto a técnicas médicas e incluso nutricionales. En el caso del melasma, «apoyamos el tratamiento con suplementos que evitan los picos hormonales que causan y acentúan la mancha», explica.

No está de más recordarnos que debemos llevar una correcta protección todo el año. Los fotoprotectores urbanos cubren esta necesidad ya que son productos pensados para utilizar un día cualquiera. **Luisa Pérez**, especialista dermocosmética en RoC, comenta que «son productos de uso diario que se absorben bien y no dejan sensación grasa ni brillos». Con la consiguiente protección de amplio espectro (contra rayos UVA y UVB), están hechos para llevar sobre el tratamiento de siempre o incluso sobre el maquillaje. Sus for-

**“LLEVAR una correcta protección TODO EL AÑO es fundamental. Los fotoprotectores URBANOS están pensados para el día a día”**

mulaciones, añade, «ofrecen resultados visibles y eficacia antienvjecimiento, además de una alta protección».

La duda que nos asalta cada vez que tenemos que aplicarnos un protector es si tendrá el SPF adecuado para nuestra piel. Luisa Pérez concluye que «el más indicado es el 50+ y en los cosméticos actuales, sus texturas son muy ligeras e incorporan ingredientes antimanchas, derivados de la vitamina C».

## UN TONO UNIFORME

Para evitar lucir una piel envejecida, desvitalizada o despigmentada, una rutina de belleza adecuada es fundamental. Estos procedimientos —con vitaminas, láser, micronutrientes...— contribuyen a hidratar y homogeneizar su aspecto

### FLUOROXYGEN+C

Hidrata, rejuvenece y aclara las zonas dañadas gracias a la combinación de vitaminas A, E y C y los hidroxiácidos, que aportan un efecto antienvjecimiento eficaz. Unifica el tono y ofrece recursos *antiaging* para una piel ideal. En Centro Christina Cosmetics (tel. 915 124 249).

### RENEW

Combina la eficacia del láser fraccional (de diodo), altas dosis de vitaminas, antioxidantes y otros micronutrientes para que la piel logre luminosidad y elimine las pigmentaciones irregulares, renovando su textura. En Instituto de Belleza de Maribel Yébenes (tel. 914 117 404).

### ELITE MD

Tratamiento por láser perfecto para eliminar las manchas del sol, se puede personalizar según del tipo de pelo y el fototipo de piel. Suele necesitar una sesión y no requiere anestesia. En Institut Dra. Natalia Ribé (tel. 932 724 228).

### SILKEN OIL

Programa facial basado en el aceite de germen de arroz. Su *peeling* con punta de diamante elimina las capas de piel más deterioradas para reducir así las manchas. En Centro Carmen Montalbán (tel. 915 917 052).

1. **Lierac**. Depigmentante Anti-Taches Intensif (28 €, en farm.).
2. **Sesderma**. Sérúm Azelac Ru Liposomal (39,50 €, en institutos).
3. **Skeyndor**. Emulsión Resurfacing Peel Cream (52 €).
4. **Sensilis**. Crema perfeccionadora antimanchas con SPF30 White Silk (53 €).
5. **Natura Bissé**. Mascarilla iluminadora Diamond White (56 €, en institutos).
6. **Clinique**. Base antimanchas Even Better (34,50 €).
7. **Filorga**. Sérúm Pigment Perfect (49 €, en institutos).
8. **Nuxe**. Mascarilla antimanchas Splendieuse (29,90 €, en farm.).



## MEDIDAS PREVENTIVAS

Aunque no todas tienen final feliz, muchas de las manchas que se manifiestan pueden evitarse si mantenemos buenas costumbres a lo largo de todo el año

### VITAMINA C

El doctor Lajo Plaza recomienda el uso de productos con vitamina C tópica ya que mejora las características y calidad de la piel favoreciendo una pigmentación más ordenada del melanocito.

### PROTECCIÓN

Cosmeceutical Center sugiere utilizar el filtro solar incluso en días nublados y consumir alimentos ricos en betacarotenos, como el brécol, la calabaza o la zanahoria, precursores de la vitamina A.

### MEDICAMENTOS

David Muñoz, médico estético del Instituto Médico Estético (tel. 902 104 024), desaconseja el consumo de fármacos, como la isotretinoína, dirigidos a tratar problemas de acné, mientras se esté realizando algún tipo de tratamiento despigmentante con técnicas de luz o láser.

### LIMPIEZA

Antonio Ortega, dermatólogo de la Clínica Menorca (tel. 915 041 359), apunta que «el primer paso es la limpieza mañana y noche con limpiadores de pH neutro. El segundo, aplicar una crema hidratante con SPF y, según la edad, un sérum que contrarreste los radicales libres».

“LOS lentigos solares y los MELASMAS son los motivos de consulta médica más frecuentes. Y estos últimos, los más complicados de eliminar”

Claras o morenas, la mancha no tiene remilgos a la hora de escoger piel y nadie está exento de ser damnificado con su presencia. Con eso de que la piel es rencorosa y jamás olvida, puede que las zonas que creías pulcras y uniformes se transformen en terreno desigual con el paso de los años. Sin embargo, no todos los remedios son aptos para todo el mundo. «Existen contraindicaciones en los casos de pieles alérgicas

a alguno de los principios activos en el caso de los peelings o la terapia intralésionaria», aclara el doctor Lajo Plaza. Los tratamientos con láser o luz pulsada son válidos para cualquiera, sólo hay que tener en cuenta «que una mala cicatrización y la posible inflamación, más frecuente en pieles oscuras, son factores que pueden condicionar el proceso». En definitiva, cuánto más oscura es la piel, más prudencia hay que tener a la hora de evitar todo procedimiento irritante que pueda agredirla.

Los lentigos solares y los melasmas son aún los motivos de consulta médica más frecuentes, siendo estos últimos los más complicados de eliminar debido a su origen hormonal. La doctora Eftekhar reconoce que «las últimas investigaciones han demostrado que su aparición también puede estar relacionada con déficits nutricionales de hierro y complejo de vitamina B, además del estrés». Es decir, una vez erradicado el melasma es conveniente hacer correcciones nutricionales y suplementación con antioxidantes, con el fin de prevenir su reaparición. ■ *María Villora*

9. **Ladival**. Acción antimanchas con SPF30 (19,96 €, en farm.).  
 10. **Bioderma**. Limpiador de rostro White Objective (11,95 €, en farm.).  
 11. **Bella Aurora**. Tratamiento para manchas localizadas L+ (18,80 €, en farm.).  
 12. **Protectrem**. Fluido Natural (22 €, en farm.). 13. **Guerlain**. Esencia antimanchas Advanced White P.E.A.R.L. (122 €). 14. **Dr. Brandt**. Sérum iluminador Laser Fx Bright (78,90 €, en Sephora). 15. **Clarins**. Sérum corrector Mission Perfection (73 €). 16. **RoC**. Crema antienvjecimiento Pro-Renove (31,90 €, en farm.).

