

BORRA LAS MANCHAS DE LA PIEL

Si no quieres que el favorecedor tono dorado del verano de paso a una piel con manchas aliates con la cosmética despigmentante o los tratamientos láser para hacerlas desaparecer

Después del verano la piel luce un favorecedor bronceado que nos acompaña durante unas semanas, luego, poco a poco, se va desvaneciendo y si tenemos más de 30-35 años empiezan a aparecer los lentigos solares, vulgarmente conocidos como manchas del sol. Primero no las apreciaremos pues son ligeramente oscuras, pero con los años el color se va haciendo más intenso y confieren una imagen envejecida al rostro. Por fortuna, los avances en dermocosmética y medicina estética facilitan la eliminación de este tipo de marcas, especialmente, los realizados me-

dante la técnica de láser, que ofrecen comodidad, rapidez y eficacia; además, después del verano es la mejor época del año para realizar los tratamientos contra estas imperfecciones.

EXAMINAR LESIONES

Como norma general, los dermatólogos recomiendan realizar una visita para hacer un diagnóstico de la piel después del verano en la que se estudian las nuevas manchas y la evolución de las que ya existían.

En el caso de que se trate de lesiones benignas,

como son los lentigos, los melasmas y otras hiperpigmentaciones superficiales, cada una requerirá de un tratamiento diferente. Las manchas de la edad o lentigos solares son aquellas que aparecen en rostro, escote, manos y zonas más expuestas al sol, tienen forma redonda y márgenes irregulares, aparecen con la edad, pero el sol las oscurece y hace más evidentes.

Para tratar este tipo de manchas la industria farmacéutica ha lanzado una gran cantidad de productos que si se utilizan de forma continuada pueden llegar a eliminarlas o hacerlas casi invisibles. Grandes firmas de la dermocosmética hace tiempo que han apostado por este segmento de productos que cada vez tiene una mayor demanda por lo que se ha ampliado la oferta con una mayor cantidad de productos despigmentantes y kits de tratamiento.

Las más tradicionales son las cremas, que se deben utilizar a diario durante varias semanas para comenzar a ver resultados. Además de cremas hay texturas en sérum o stick que disimulan a la vez que tratan la hiperpigmentación. Una de las presentaciones más novedosas y que está siendo muy bien recibida son las ampollas de tratamiento.

Junto a estos presentaciones, cada vez es más habitual la aparición de sistemas o kits que incluyen varios productos que al trabajar de manera sinérgica potencian la acción "blanqueadora" de las manchas de la piel.





La mejor época

Los tratamientos láser y la mayoría de los peelings químicos para eliminar manchas de la piel requieren una protección absoluta de la radiación solar, ya que después de estas técnicas, la exposición solar, por muy breve que sea, puede provocar hiperpigmentaciones en la piel. Por ello, deben programarse cuando ya se ha acabado la época de sol y playa y la radiación solar es menor. Lo ideal es en otoño e invierno porque así el proceso regenerador de la piel tras los tratamientos está más protegido de por las radiaciones.

LA TÉCNICA LÁSER

El láser es una técnica muy precisa que no daña el tejido ni las células circundantes, de manera que se minimizan las marcas y cicatrices. Se necesita entre una y tres sesiones, en función de si están en la dermis o en la epidermis, para la eliminarlas completamente. Las sesiones duran unos minutos, aproximadamente media hora, y puedes retomar tu actividad cotidiana con normalidad. Tras el tratamiento es conveniente aplicar una crema cicatrizante con aloe vera, utilizar protección solar con factor +50 y no tomar fármacos fotosensibilizantes.

Si quieres disimular las rojeces que aparecen los primeros días puedes aplicarte una hidratante con color y factor de protección total que ocultará por completo las marcas. Al cabo de dos o tres días éstas cicatrizan y aparecen unas pequeñas costras que en una semana o diez días caen y dejan paso a una piel limpia, renovada y sin manchas. Para mantener el aspecto limpio y radiante del cutis es necesario convertir en hábito la aplicación de una crema hidratante con protección solar todos los días del año y protegerse con cremas SPF +50 cuando vamos al sol. En el caso de las manchas superficiales que aún no han oscurecido demasiado podemos evitar el láser porque mejoran con tratamientos cosméticos específicos, aunque la mejor recomendación es la prevención mediante el uso constante de cremas de protección solar durante los meses de verano e hidratantes con factor de protección durante todo el año.

CUIDADOS TODO EL AÑO

Es importante prevenir su aparición aplicando cada mañana una crema con factor de protección solar según nuestro fototipo de piel, diagnóstico que nos indicará el dermatólogo. No obstante, la edad y la

LIGERAMENTE IRRITANTES

La cosmética con efecto despigmentante suele contener en su formulación ácidos, como el kójico, salicílico, glicólico o tranexánico, por lo que a la hora de aplicarlos debemos evitar la zona del contorno de los ojos ya que suelen ser irritantes. Estos productos se deben aplicar después de limpiar la piel y como primer producto. Si vamos a usar otros cosméticos se deben aplicar encima de los despigmentantes una vez que se han absorbido o que no se perciban ya en la piel.

Otra novedad para limpiar la piel de manchas oscuras son los dispositivos cosméticos de uso do-

*Los
tratamientos
con láser son
cómodos,
rápidos y
eficaces*

méstico que trabajan con ondas luminosas a nivel local. Combinan la emisión de la longitud de onda de 525 nm sobre una superficie de acción ajustada, que apunta precisamente a las manchas marrones, y algunos incorporan una función de ionoterapia que aumenta la eficacia de las cremas aclaradoras. Se debe utilizar un minuto mañana y noche, durante un mínimo de seis meses y puede utilizarse con o sin tratamiento cosmético despigmentante.

Aunque si lo que queremos es borrar las manchas por completo y de una manera rápida no hay nada como el láser que, en una sola sesión, las hace des-

aparecer; cuando son muchas o muy oscuras se pueden programar dos tandas para repasar las que no han desaparecido totalmente y tratar el resto. Otra de las lesiones que ocasiona el sol en la piel es el melasma, una mancha de origen hormonal también conocida como el velo de la embarazada, aunque no es exclusiva de la mujeres en estado. Aquellas que toman anticonceptivos o tratamiento hormonal pueden padecerla igualmente. Suele aparecer en el labio, la frente o las mejillas. En este caso también el láser es la mejor opción para eliminar esa pigmentación, suelen ser necesarias entre 2 y 4 sesiones.



*Dermocos-
mética y
medicina
estética
facilitan
la elimina-
ción de los
lentigos*

herencia genética hacen inevitable la aparición, en mayor o menor medida, de las manchas cutáneas. Es en este momento cuando conviene plantearse un tratamiento para eliminarlas y mantenerlas a raya para que no vuelvan a aparecer. Las cremas despigmentantes son una solución para un primer esta-

dio, pero los tratamientos láser son los más efectivos y rápidos si queremos lucir un cutis perfecto en unos días. También es muy eficaz la mesoterapia facial a partir de los 30 años con infiltraciones de ácido hialurónico, vitaminas y oligoelementos que hidratan la piel en profundidad.■

LESIONES BENIGNAS

Lentigos solares y seniles

Las típicas manchas del sol de un color marrón intenso, son planas y suelen ser irregulares. Están directamente relacionadas con tomar demasiado el sol y con el paso del tiempo, por eso aparecen en las zonas más expuestas, como son la cara, el escote y las manos. También se les denomina lentigos seniles. No aumentan ni disminuyen de tamaño y por lo general responden muy bien a los tratamientos estéticos llegando a desaparecer por completo.

Melasma

Está asociado con cambios hormonales, como el embarazo, la toma de anticonceptivos o determinados fármacos, que pueden ser antibióticos, antiacné, diuréticos. Empeoran cuanto más se tome el sol. Son manchas difusas de color marrón claro que cubren zonas extensas de la cara provocadas por un aumento de la melanina. El melasma del embarazo suele aparecer en el labio superior, mejillas y frente. Tiene un tratamiento complicado, ya que se localiza en las capas más profundas de la piel y ha de renovarse toda hasta la aparición de las capas más blancas.

Queratosis seborreicas

Se trata de una proliferación benigna de las células de la epidermis, la capa más superficial de la piel. Forma parte del proceso normal del envejecimiento de la piel y no constituye ningún riesgo para el paciente. Aparece como una mancha o lesión sobre elevada, de color marrón, bordes bien definidos y con una superficie rasposa o verrugosa.