

¿POR QUE ES IMPORTANTE CONOCER LA PIEL?

La piel humano es muy especial no solo por la morfología o fisiología sino porque es la capa externa de todo nuestro cuerpo. Es la estructura que no protege del medio ambiente. En específico, la piel del rostro es la base para nuestro trabajo de maquillaje por ello es importante conocer como esta constituida, como funciona, como darle un adecuado mantenimiento y en algunos casos, como prevenir ciertas afecciones.

La piel del rostro, a nivel imagen, puede representar un pase de accesibilidad o inaccesibilidad para los demás. Si esta mal cuidada, hablara por si misma. En este sentido, hay que tener presente que la piel siente y habla, y que a través de ella el maquillista (o maquillador) profesional expresa su trabajo y creatividad.

El profesional de la belleza se debe enfocar en mejorar y aconsejar a un cliente en la imagen mas adecuada que puede tener en cuanto a maquillaje. Pero, en ocasiones, no solo es importante embellecer el rostro de la persona sino también orientarla y darle una guía para el cuidado de la piel, por supuesto, en aspectos muy básicos, ya que para este tema siempre será mejor, si existe alguna afección o problema en la piel, recomendar al cliente que acuda a un doctor especializado o con el dermatólogo. Todo maquillista profesional debe tener conocimientos preliminares sobre la piel humana, la que es su área de trabajo.

¿QUE ES LA PIEL?

La piel es el órgano mas grande del cuerpo humano. Su superficie es de aproximadamente dos metros cuadrados y representa 30% del peso total en un adulto. Además, es el órgano mas complejo.

No es una simple capa estática que cubre la superficie corporal sino que es una estructura viva, un sistema bien organizado y en constante renovación, ya que sus células se dividen, segregan sustancias y mueren, para dar paso a otras nuevas y vivas.

Su función primordial es la de conectar a la persona con su medio ambiente, pero también es una barrera que evita la deshidratación, protege al organismo de las agresiones externas y mantiene a la persona con una temperatura adecuada. Asimismo, es una protección que evita el paso de los rayos ultravioletas al organismo y el órgano de expresión, ya que permite transmitir emociones.

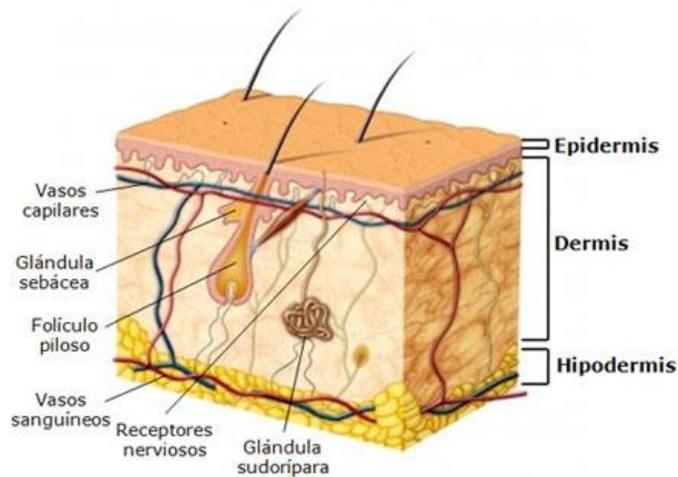
La piel esta formada por tres capas de diferentes estructuras: la epidermis, la dermis y la hipodermis.

La epidermis: es la capa responsable de la salud y apariencia de la piel. Tiene una capacidad antioxidante y protege contra las agresiones externas. Proporciona brillo, flexibilidad y textura a la piel. Esta formada por cinco estratos o capas, de las mas profunda a la mas superficial se tienen; estrato basal, espinoso o malpighio, granuloso, lúcido y córneo; en este ultimo actúa para proteger y mantener saludable a la piel. La base de la epidermis es el lugar en el que de manera constante se desarrollan nuevas células. Cuando ya se han formado, se comienzan a dirigir hacia la superficie de la epidermis. Ese recorrido suele durar entre dos semanas y un mes. A medida que las células nuevas continúan su movimiento en ascenso, las células maduras mueren y llegan a la parte superior para después desprenderse del cuerpo. Cada minuto se pierden aproximadamente 30,000 o 40,000 células muertas de la superficie de la piel. La mayoría de las células de la epidermis (95%) trabaja para desarrollar nuevas células de la piel; el resto (5%) se encarga de desarrollar la melanina, que es la encargada de dar color a la piel.

La dermis: es la capa intermedia, que esta formada por fibras de tres tipos; colágenos, elásticas y reticulares. Entre las fibras de la dermis se encuentran las glándulas sebáceas, las glándulas sudoríparas, los folículos pilosos de los que nace el pelo, los nervios, los corpúsculos sensitivos y una red de vasos sanguíneos que se encargan de nutrir tanto a la dermis como a la epidermis. También contiene colágeno y elastina, que le dan resistencia y flexibilidad a la piel. En la dermis hay una multitud de terminaciones nerviosas que hacen posible que el cuerpo tenga sensaciones, como la del tacto, dolor, temperatura o presión, entre otras. Los numerosos vasos sanguíneos que posee, mantienen a las células de la piel sanas, ya que les aportan oxígeno y los nutrientes que necesitan al librarse de impurezas. En la dermis se encuentran las glándulas sebáceas, que segregan el aceite natural de la piel. Este llega hasta la superficie de la epidermis, para mantener la piel lubricada y protegida. Cuando el sebo y el sudor hacen contacto, forman una barrera protectora llamada emulsión epicutánea o película

hidrolipídica. La combinación de estas dos sustancias, que da origen a la emulsión, es la que proporciona a la piel unos grados de hidratación, lubricación y el nivel de pH adecuado.

La hipodermis: es la capa más profunda de piel. Es una capa subcutánea de grasa que tiene la misión de dar firmeza a la piel, ayuda a que el cuerpo se mantenga cálido y pueda absorber impactos, también es reserva de nutrientes y de energía. Si esta capa se adelgaza, la consecuencia será flacidez, así como la formación de pliegues y arrugas.



MUSCULOS DE LA CARA

Cada uno de los músculos de cara y cuello tiene su importancia, pero algunos tienen más relevancia desde el punto de vista estético.

Frontal: Cubre el hueso que lleva el mismo nombre y se encuentra sobre la piel cabelluda.

Sus fibras están orientadas en sentido vertical y se insertan en la capa profunda de la piel en la región de las cejas y entre ellas. Cuando se contrae este músculo, forman pliegues horizontales y las cejas se elevan. Dependiendo de la edad y el buen o mal estado de la piel, en este músculo se puede encontrar zonas de pliegues, arrugas, surcos o piel flácida, lo que influirá en la piel a maquillar.

Orbiculares de los ojos: Son los que rodean y rellenan la parte del frente de la cavidad orbitaria y se inserta en su borde óseo. Por su forma, es muy visible en la parte inferior del ojo. A este tipo de músculo se los denomina esfínteres, pues al contraerse cierra una abertura; lo mismo sucede con los músculos de los labios. Los músculos orbiculares son los principales responsables de la apariencia de los ojos, ya que su falta de relieve o su relajación influyen de manera negativa, pues son una zona donde localizan arrugas y pliegues.

Superciliar: Es un pequeño músculo que tiene forma de cono y se sitúa en la extremidad interna de la ceja, que se inserta en el hueso frontal. Cuando este músculo se contrae, jala la piel hacia la ceja, lo que produce un fruncimiento. Usar mucho el músculo superciliar produce un movimiento que, con la repetición constante, produce las arrugas verticales que cruzan la frente y las de la parte superior de la nariz, lo que hace ver a la personas con una apariencia de enojo.

Orbicular de los labios: Es un músculo circular que rodea a la boca.

Tiene un borde libre en la parte interior de los labios y de la mejillas. Varios músculos de la cara se dirigen hacia su interior. Con su falta o exceso de relieve influye en la configuración de la boca y los labios, a los que les permite moverse y, por lo tanto, hablar, comer, y dar un beso. Puede llegar a ser una zona de pliegues y arrugas verticales, debido a su movilidad.

Zigomáticos mayor y menor: Se originan en el hueso malar, que es el de la mejilla, y se insertan en el orbicular de los labios, cerca de la comisura labial, por lo que unen las mejillas con los labios. Ambos elevan y jalan las comisuras hacia afuera, razón por la cual también se les llama músculos de la sonrisa. Estos son de gran importancia respecto a la forma que le dan a la cara, ya que si tienen el tamaño y el tono adecuado, le dan una apariencia y una estética agradables, mientras que si les falta volumen o están relajados o flácidos, la estética se ve afectada.

Maseteros: Son músculos potentes del maxilar inferior que al contraerse lo comprimen con firmeza contra el superior, es decir, coordinar la apertura y el cierre de la boca.

Pterigoideo externo: Es el encargado de la proyección hacia adelante y los movimientos de lateralidad de la mandíbula. Es el más sofisticado y complejo del sistema masticatorio.

Pterigoideo interno: Es un músculo que se encuentra por dentro de la rama del maxilar inferior. Es corto y grueso y presenta forma cuadrilátera. Es elevador de la mandíbula y se usa en la masticación. Sus principales funciones tienen que ver con la masticación y, en la parte estética, le dan una forma curvada en el lado de la cara. Con el paso del tiempo y, por lo tanto, con el aumento de la edad o una pérdida de peso excesiva, estos músculos tienden a hacerse flácidos.

Músculos bucinadores, risorio y cuadrado del mentón: Estos se insertan en el músculo orbicular de los labios y comprimen las mejillas, mueven los ángulos de la boca y los regresan a su posición, además de que producen con sus contracciones un sin número de muecas y gestos, es decir, son los que permiten la gesticulación. Debido a que están situados en la parte inferior del rostro, influyen en que el rostro muestre un aspecto relajado o terso; sin embargo, tienden a caer con el aumento de la edad, lo que ocasiona la pérdida del contorno en la parte inferior de la cara.

Elevador del ángulo de los labios: Su función es la de llevar hacia arriba y hacia adentro ambos ángulos de la boca.

Depresor del labio inferior: Este musculo rueda al labio inferior y le da la posibilidad de moverlo hacia abajo.

Depresor del ángulo de los labios: Es el que eleva el ángulo de la boca y lo mueve hacia adentro.

Mental: Eleva el labio inferior y permite levantar y arrugar la piel del mentón.

Cutáneo del cuello: Es el musculo que envuelve la parte inferior de las mejillas, la de debajo del mentón, y corre hacia la base del cuello y la parte superior del pecho. Su buen estado es esencial para el rostro, pues es el que proporciona un mentón y un cuello firme, pero sobre el la piel se reseca y deteriora antes que la de otras áreas. Si no se mantiene bien, se origina el antiestético doble mentón o papada, la flacidez de la piel y arrugas del cuello.

Digástrico: Este musculo esta situado debajo del mentón y se extiende hasta la mitad del cuello.

Esternocleidomastoideo: Es el musculo que permite bajar y rotar la cabeza.

TIPO DE PIELES

El tipo de piel que cada persona posee es resultado de la herencia. Por ello, no se puede cambiar, pero si se puede cuidar, mejorar y mantener la piel equilibrada y saludable. En términos generales, los tipos de pieles se clasifican en:

Normal: Es el tipo de piel perfecto y el que predomina en los niños antes de la adolescencia, los que se caracterizan por tener una piel fina y muy suave. Sin embargo, el cutis que con menos frecuencia se encuentra en los adultos, ya que el organismo cambia de manera permanente y por eso es muy raro mantener este tipo de piel toda la vida.

Una piel normal se identifica por tener un aspecto liso, aterciopelado, tersa, sin poros, no brilla en exceso, porque la secreción de las glándulas de la piel esta bien regulada, su brillo es mate.

Mixta: Es la que con mas frecuencia se encuentra en las personas. Resulta de una combinación de dos tipos de piel. Es la que deja ver grasa en el medio de la cara o zona T (frente, nariz y barbilla), pues es rica en glándulas sebáceas, pero es seca o normal en las partes laterales del rostro, esto es, en las mejillas, el contorno de ojos y las sienes. Es ideal para hacer maquillajes con aspecto natural, pues no es necesario aplicar base de maquillaje.

Grasa: Es brillante, gruesa y resistente a las agresiones del medio ambiente, ya que secreta mayor cantidad de lípidos, que son protectores y terminan beneficiándola. Se caracteriza por tener poros dilatados y a menudo presenta puntos negros, que se deben a la secreción de la grasa que se ha oxidado por el contacto con el exterior. Sin embargo, no se arruga con facilidad, debido a que es más resistente a los agentes externos que las otras pieles. La piel grasa a menudo aparece asociada con una seborrea de la piel cabelluda, que hace que los cabellos acumulen grasa rápidamente.

Seca: Tiene una apariencia deshidratada, escamosa y con frecuencia parece que estuviera tensa. Es muy sensible a las variaciones atmosféricas debido a la falta de grasa; se maltrata con facilidad, y se

enrojece con el frío y el aire seco. La piel seca tiende a arrugarse más rápidamente, en particular en los párpados. Las pieles secas pueden ser resultadas de limpiezas muy agresivas o del uso frecuente de jabones. Hay dos tipos de piel seca: por falta de lípidos y por falta de agua o deshidratada.

Sensible: Una piel sensible reacciona más que una piel normal, es hiperreactiva. Sufre picazones, acaloramientos, hormigueos y picores (aunque estos se producen con menor frecuencia).

Estas sensaciones de incomodidad, a veces acompañadas de rojeces, aparecen de forma exacerbada como reacción a estímulos de diferente naturaleza que normalmente no deberían provocar irritación: físicos: (radiaciones UV, calor, frío, viento, etc.), químicos (cosméticos, jabones, agua, contaminación, etc.), psicológicos (estrés, emociones, etc.) y hormonales (ciclo menstrual, etc.).

LIMPIEZA FACIAL

La limpieza de cutis es un procedimiento que no es agresivo, destinado a mejorar el aspecto de la piel, corregir la dilatación de los poros, eliminar las células más superficiales y extirpar los famosos "puntos o negros o barritos" (en dermatología denominados "comedones") y los microquistes que se van acumulando con el tiempo.

Las glándulas sebáceas producen una sustancia grasosa llamada sebo, que se vacía en la superficie de la piel a través de los orificios de los denominados "folículos polisebáceos". Muchas veces este sebo junto con bacterias y células taponan el orificio de desembocadura de la piel, se van acumulando en los poros y forman los comedones o barritos. El color oscuro del barrito no tiene que ver con la falta de higiene, es consecuencia del depósito de un pigmento (la melanina). Si los barritos se inflaman, se convierten en granos; por eso es importante extraerlos. Sin embargo, la extracción debe realizarla un profesional, ya que la presión con las uñas puede producir la rotura del folículo, lo que puede generar a su vez inflamación y en algunos casos una cicatriz.

La limpieza de cutis cuenta con cuatro pasos: pulido, extracción, descongestión y nutrición de la piel.

El primer paso de la limpieza de cutis, la higiene cutánea o pulido, se realiza con diferentes emulsiones seleccionadas para cada tipo de piel. Luego, a fin de realizar la extracción, se aplican cremas abrasivas para eliminar las capas más superficiales de la piel y ablandar

los comedones y los microquistes. Finalizada la extracción, se colocan sobre la piel lociones y cremas antisépticas; luego se aplican productos (geles o cremas) descongestivos y se realiza un drenaje linfático para que la piel quede totalmente desinflamada. El último paso es la nutrición de la piel a partir de la colocación de diferentes máscaras a base de vitaminas y colágeno.

PRODUCTOS PARA EL CUIDADO DE LA PIEL

Algunos de los fines del uso de los productos que se aplican a la piel son embellecerla, equilibrarla o aliviarla. Para que el objetivo se cumpla, los productos cuentan con ciertas características, grados de penetración cutánea y elementos presentes en su fórmula que los hacen efectivos.

Lo que cada persona se aplica en la piel cada día tiene un papel importante en el aspecto a corto, mediano y largo plazos. Por eso es necesario que conozcamos como son y como actúan estos productos.

COMO ACTUAN LOS PRODUCTOS

Todo producto cosmético para la piel se compone de principios activos, vehículos o excipiente, colorante, perfume, conservadores y correctores

Principios activos: Son los que definen la funcionalidad del cosmético, es decir, su objetivo al aplicarlo. Por ejemplo, el principio activo de un jabón es la base detergente, porque es el componente que elimina la grasa y la suciedad.

Vehículo o excipiente: Es el que determina la forma física del cosmético. Mediante este se incorpora y libera el principio activo, es decir, lo transporta hacia el interior de la piel y permite que se absorba. Se obtiene mezclando grasas, lípidos y polvos en diferentes proporciones. Al combinarlos se logran lociones, los geles, las cremas y las pomadas.

Colorante: Su finalidad es dar una apariencia atractiva al cosmético.

Perfume: Tiene el fin de dar un olor agradable al cosmético.

Conservadores: Evitan la proliferación de microorganismos y las posibles alteraciones que podría sufrir el cosmético, con lo que permite que mantenga sus cualidades por un tiempo prolongado y evita riesgos para la salud de la persona que lo use.

Correctores: Se añaden al cosmético para corregir o proporcionar alguna característica, como los espesantes.

PRINCIPIOS ACTIVOS

Es un cosmético o tratamiento, los principios activos son las sustancias que ejercen una acción específica para dar una característica o corregir una alteración en la piel, por ejemplo, humectarla o tratarla contra el acné. Son sustancias diversas y pueden darle una gran variedad de funciones o propiedades a los productos. Las funciones de los productos para la piel son:

Emolientes: Suavizan y protegen la piel. Cuando se busca este propósito, se usan extractos vegetales, como la avena, malta y aloe vera, o sustancias grasas, como los derivados de la lanolina, las siliconas, los aceites vegetales o la lecitina.

Hidratantes: Aumentan el contenido de agua de la piel. Esta acción se puede conseguir por varios mecanismos: captación de la humedad hacia la piel, en algunos casos se usa la glicerina; la oclusión, lo que significa que se impide la evaporación del agua a través de la piel, esto sucede cuando se usa vaselina, o la retención hídrica en la epidermis, para esto se usa, por ejemplo la urea.

Exfoliante: Ejerce una acción queratolítica, que es la descamación intensa de los extractos mas superficiales de la piel. Por lo general se emplea el término de queratolíticos para designar a los cosméticos o principios con características descamantes o de peeling.

Tónicos: Estimulan la actividad de la piel. Un tónico es el extracto de romero.

Reparadores: Se fijan a la piel y la recubren para protegerla.

Antisépticos: Impiden el crecimiento y destruyen los microorganismos cuando se aplican sobre los tejidos.

Astringentes: Cierran los poros dilatados y disminuyen la secreciones grasas. Como ejemplo están los extractos de plantas, como la hamamelis, la salvia o el limón.

Epitelizantes: Favorecen la regeneración del tejido epitelial.

Queratolíticos: Ayudan a ablandar y disolver las células superficiales. Por ejemplo, el ácido salicílico y la urea.

Vasodilatadores: Producen una dilatación de los vasos sanguíneos y, por tanto, un mayor aporte sanguíneo a la zona tratada.

Antifúngico o fungicida: Impide la proliferación de hongos.

ABSORCIÓN EN LA PIEL

En la actualidad se ofrecen en el mercado diversos productos; su grado de absorción o penetración en la piel dependerá de la finalidad que tengan.

El maquillaje tiene un propósito estético y, por lo tanto, se debe quedar en la superficie, no penetra, lo mismo que los jabones. Una loción astringente para controlar la grasa debe llegar hasta las glándulas sebáceas; las cremas hidratantes o los queratolíticos deben penetrar hasta el estrato corneo, y los antitranspirantes, por ejemplo, deben llegar hasta los conductos sudoríparos.

También hay otros factores importantes que influyen en la absorción de cada producto para que cumpla con su objetivo: solubilidad, concentración, coeficiente de reparto entre agua y grasa, y las características del vehículo, como viscosidad o pH. Así se clasifican los distintos productos para la piel.

Las pomadas y cremas: Son más usadas con fines dermatológicos que cosméticos. Su presentación es semisólida, debido a que es resultado de una combinación de grasas y una parte de agua, que es menos a 50%.

Las cremas: Al ser poco grasas, dejan menos residuo, ya que si componente acuoso se evapora, por lo que son más usadas en productos cosméticos. En las cremas, la cantidad de agua es superior a 50% y se combina con vaselina, ceras, aceites vegetales p lanolina, entre otros.

Los geles: Son productos semisólidos que se disuelven al calentarse en contacto con la piel y dejan una capa no grasa. Son líquidos que adquieren su consistencia con densificaciones o gelificantes. Se utilizan en los desmaquilladores, en productos capilares y en algunos tratamientos médicos contra el acné.

Las lociones o los tónicos: Son líquidos no grasos, hechos por lo general a base de agua purificada o agua aromática de rosas, hamamelis, manzanilla, flor de azahar u otras. Se agregan humectantes, conservantes, antimicrobianos, colorante y perfume. También se les puede agregar sustancias astringentes que cierran los poros u otras que aportan cierta tonicidad y vasodilatación.

Los liposomas: Son pequeñas esfera con varias capas acuosas y lípidas que se van alterando. En los productos de cosmetología, los liposomas envuelven los principios activos y los conducen por la piel, con lo que evitan que se degraden durante el proceso de absorción.

PREPARACION DE LA PIEL

Para limpiar la piel, hay muchas formulas para elegir. Lo importante es lograr una limpieza a fondo, pero que no sea agresiva. Por eso hay que hacerlo con cuidado, a fin de no desequilibrar el pH de la piel. Algunas formulas hechas con diversos productos, son valiosas para el cuidado de la piel porque la limpian, y al mismo tiempo, le aportan elementos necesarios para mantenerlas bien. No siempre se deben usar los de marca. Tu mismo puedes preparar muchos productos efectivos, que tienen tan buenos resultados como los primeros.

Además de librar a piel de impurezas, por su contenido de aceites, frutas y otros ingredientes, las formulas añaden al tratamiento un efecto tonificante, reafirmarte o hidratante.

Consejo para tener en cuenta

Piel normal: cualquier producto que elimine la suciedad, respetando la capa lipídica.

Piel seca: evita detergentes fuertes y utiliza jabones y emulsiones que, además de limpiar, contengan agentes hidratantes.

Piel acnéica: comprueba que incluyan ingredientes bactericidas.

Piel grasa: deben tener componentes sebo reguladores.

Piel sensible: fórmulas sin detergentes, conservantes ni perfumes que puedan irritar; además, deben tener propiedades calmantes.

Piel madura: productos con ingredientes que activen la regeneración celular, a la vez que eliminan las impurezas.

AFECCIONES DE LA PIEL

Pocas personas pueden decir que no han padecido de alguna afección en la piel. Se calcula que todos hemos presentado algún problema en algún momento de nuestras vidas: tan solo el acné llega a afectar a 98% de la población, pero hay otros problemas comunes que afectan a las personas.

Aplicar productos cosméticos suele ayudar a disimular lo problemas de la piel y solo se limita su uso en caso de que la piel este inflamada, haya alguna infección o este indicado por un especialista dermatológico.

En general, el problema de una persona con una enfermedad común de la piel no se agravara si le aplicas productos cosméticos adecuados, pero es importante que sepas reconocer las enfermedades dermatológicas que quizás puedas encontrar en una piel al maquillarla.

Las enfermedades de la piel son muchas, pero las que con más frecuencia atienden los dermatólogos y que s muy probable que te toque atender en un maquillaje son: el acné, el melasma o paño, los lunares y las manchas y el vitíligo.

ACNÉ

El acné es la enfermedad más común de la piel. Es causado tal vez por cambios hormonales que estimulan las glándulas sebáceas de la piel, las productoras de grasas.

Las espinillas aparecen sobre todo en la cara, el cuello, la espalda, el pecho y en los hombros debido a que ahí se concentra la mayor cantidad de glándulas sebáceas que hay en el cuerpo. El principal problema del acné es que puede causar cicatrices.

Los poros o pequeños orificios de la piel están conectados a las glándulas sebáceas a través de un canal llamado folículo, por donde también salen los vellos para llegar a la superficie. El acné se produce cuando los poros se obstruyen porque la grasa y las células de la piel se acumulan más rápido de lo que pueden salir, así se crea un tapón. Las bacterias que están presentes en la piel de manera normal, llamadas flora bacteriana, son las que causan la inflamación.

Hay varios tipos de erupciones y granos en la piel, los más comunes:

Puntos blancos: Están debajo de la superficie de la piel

Puntos negros: Suben a la superficie de la piel y se ven negros por la oxidación con el ambiente exterior, aunque eso no significa que el poro esté lleno de suciedad.

Pápulas: son pequeños bultos de color rosado que pueden ser dolorosos.

Pústulas: son rojas y tienen pus por arriba.

Nódulo: Están dentro de la piel y son grandes, dolorosos y sólidos.

Quistes: son profundos, dolorosos, están llenos de pus y pueden causar cicatrices.

Cada uno de los tipos responde a diferentes causas. La obstrucción ocasiona una inflamación del folículo, lo que causa la aparición de puntos blancos; la parte superior de la obstrucción se puede oscurecer, lo que causa los puntos negros. Si la obstrucción ocasiona una ruptura en la pared del folículo, las células muertas de la piel, la grasa y las bacterias que se encuentran por lo general en la superficie de la piel, pueden penetrarla y formar áreas infectadas denominadas pústulas. Si estas áreas infectadas están en lo profundo de la piel, pueden aumentar en tamaño hasta formar quiste firme y doloroso.

Apretar o pellizcar las espinillas pueden dejar cicatrices y manchas oscuras en la piel, además de que no ayuda a eliminar el acné. Antes de aplicar productos cosméticos, debes lavar la piel con delicadeza y secarla también con cuidado; tallarla podría empeorar el problema.

En caso de que un cliente tenga acné, hay que elegir bien los cosméticos que se le van a aplicar. Los dermatólogos recomiendan usar los que son libres de grasa o no comedogénicos. Esto significa que no le taparas los poros y no añadirá mas grasa a la piel, pues lo principal es no agravar las lesiones. Sin embargo, solo un especialista en el tema es quien finalmente puede dar o no autorización del uso de los productos cosméticos sobre la piel con problemas de acné.

El maquillaje en una piel con acné no es recomendable, ya que las bases de maquillaje suelen contener una base grasa, por lo que es mejor solo maquillar los ojos, las cejas y los labios, y nunca aplicar bases o polvos sueltos o compactos.

MELASMA

El melasma es un problema de la piel muy común entre la población. El nombre deriva de la palabra griega “melas”, que significa negro u oscuro, ya que consiste en la aparición de manchas marrones y grises en la cara, que dan un aspecto de suciedad. A la mayoría de las personas afectadas les aparece sobre las mejillas, el puente de la nariz, la frente, el mentón, y justo encima de la boca, en el labio superior. Pero también pueden aparecer manchas en otras partes del cuerpo que estén expuestas al sol, como el cuello o los hombros.

El melasma aparece en las mujeres con mucha más frecuencia que en los hombres. De hecho, alrededor del 90% de los pacientes con melasma son mujeres, aunque en los últimos años esta diferencia ha disminuido debido a un aumento del porcentaje de hombres afectados.

Es también más frecuente que aparezcan alteraciones de melasma en personas con piel morena u oscura, como las razas hispanas, norteafricanas, afroamericanos, indios, árabes, y los habitantes de la Europa mediterránea. Además, se sabe que el tener un familiar afectado de melasma aumenta las probabilidades de padecerlo, especialmente en

los hombres, lo que sugiere que hay una base genética que predispone al melasma.

Aunque no es una enfermedad cutánea que ponga en peligro la vida de las personas que la padecen, sí que supone una alteración estética desagradable para muchas personas. En algunos casos puede afectar a la autoestima y provocar rechazo a mostrar las zonas de la piel afectada. En muchas ocasiones se resuelve con el tiempo por sí solo mientras que, en otras, es necesario recibir tratamientos sencillos que eliminan las manchas en la piel con muy buenos resultados.

Es muy importante que la persona con la piel machada se aplique todos los días un protector solar y volverlo aplicar cada cuatro horas, que es el tiempo que dura el efecto de la protección.

Maquillar a una piel con melasma o paño es algo sencillo, solo basta tener dos tonos de maquillaje y tratar de in alterando uno y otro según corresponda hasta emparejarla.

VITILIGO

El vitiligo es una enfermedad de la piel que causa manchas blancas en distintas partes del cuerpo. Esta enfermedad ocurre cuando se destruyen los meloncitos, que son las células que producen el color o el pigmento de la piel. El vitiligo también puede afectar los ojos y las membranas mucosas (tales como el tejido dentro de la nariz y la boca).

LUNARES

Los lunares o “nevus” son pequeñas formaciones cutáneas que se desarrollan a partir de los melanocitos. Los melanocitos son las células que se encargan de producir el pigmento de la piel. Los lunares o nevus generalmente son de color oscuro (pardos o negros) pero existen de variados colores.

Los lunares se presentan en diferentes formas, tamaños, texturas y colores. La mayoría de las personas tiene al menos 10 lunares en el cuerpo, pueden aparecer en cualquier zona: rostro, brazos, piernas, pies, manos, espalda, hombros, cuello, etc., incluso aparecen en genitales, labios, adentro de la boca y uñas. Algunos lunares pueden presentar pelos.

La mayoría de los lunares aparecen durante los primeros años de vida, sin embargo como las células pigmentadas responden a variaciones de los valores hormonales, los lunares pueden aparecer, oscurecerse o agrandarse también durante el embarazo.

Los lunares pueden clasificarse según su origen en congénitos o adquiridos. Los congénitos son aquellos que aparecen desde el nacimiento y los adquiridos son los que aparecen en el individuo a lo largo de su vida.

Tanto los lunares congénitos como los adquiridos deben controlarse ya que algunos pueden transformarse en melanomas malignos (tipo de cáncer de piel). Lo que hay que observar son los cambios en los mismos. Estos cambios pueden darse en cuanto a la forma, al color, a los bordes, el tamaño, etc. Debe realizarse un control al menos una vez al año por un dermatólogo para que controle los lunares.

Existen también los lunares atípicos, estos son de mayor tamaño que los lunares comunes, pueden ser tanto lisos como rugosos y de color oscuro, aunque pueden presentar un fondo rosado. Si bien este tipo de lunares puede aparecer en cualquier parte del cuerpo, es más común encontrarlos en zonas como pecho, nalgas y cuero cabelludo.

Existe una clasificación para éstos lunares atípicos a través de la cual se puede realizar un auto examen que evaluará el riesgo de que alguno de ellos se transforme en melanoma. A ésta clasificación se la conoce como el ABCD de los lunares:

- **A: Asimetría:** se debe trazar una línea imaginaria en la mitad del lunar, cuanto mayor asimetría existe entre ambos lados, mayor es el riesgo de melanoma.
- **B: Bordes:** cuanto más irregulares son los bordes, con entradas y salidas o esfumados, mayor control se necesita.
- **C: Color:** los lunares de color uniforme suelen ser benignos, en cambio, aquellos que presentan más de un tono o un color muy oscuro, presentan un mayor riesgo de melanoma.
- **D: Diámetro:** hay mayor riesgo cuando los lunares tienen más de 6mm de diámetro.

Si bien éste ABCD sirve para auto examinar los lunares, ante cualquier inflamación, cambio de textura, picazón, dolor o sangrado debe consultar con su médico o dermatólogo de inmediato. También es importante tener en cuenta que esta clasificación es solo una guía y será el especialista quien deberá diagnosticar un melanoma.

Los lunares pueden ser extirpados, solo si el dermatólogo lo cree necesario para proceder a observarlo bajo el microscopio. A veces pueden extirparse si se encuentran en zonas propensas a la continua

irritación o simplemente por razones estéticas. El proceso de extirpación es muy sencillo, se realiza en el consultorio dermatológico, con anestesia local y no presentan ningún riesgo. Sin embargo, la mayoría de los lunares no requieren de ningún tipo de tratamiento.

Es importante tener en cuenta que para disimular los lunares se pueden maquillar, existen maquillajes de mayor poder cubritivo, los cuales ayudaran a disimularlos. Tampoco se corre ningún riesgo depilando o cortando los pelos de los lunares.

MANCHAS

Las manchas en la piel son alteraciones en la uniformidad del color de una determinada zona de la piel. Aunque pueden existir manchas blancas o más pálidas que la piel de alrededor, o incluso rosadas o rojizas, las manchas que motivan un mayor número de consultas son las que tienen diferentes tonos de marrón. Este color se debe habitualmente a un exceso del pigmento habitual de la piel (*melanina*) que puede ser debido a un aumento en el número de células que lo produce o, de forma más frecuente, a un aumento de la cantidad de pigmento en la zona.

La exposición al sol influye sobre cualquier tipo de mancha en la piel, bien sea oscureciéndola de forma transitoria (*pecas, lunares*) o permanente (*melasma*), o favoreciendo su aparición en una piel previamente sin manchas (*léntigos o manchas de la edad, pigmentaciones postinflamatorias*). Por ello cualquier medida destinada a combatir o a prevenir la aparición de manchas en la piel ha de ir invariablemente asociada con medidas de protección solar.

Las manchas de la piel más frecuentes son:

- Los nevus (lunares)
- Las efélides (las típicas pecas)
- Los léntigos solares.

Los dos primeros tipos aparecen en la infancia/adolescencia y, salvo indicación del dermatólogo, no precisan tratamiento.

El daño solar acumulado a lo largo de los años puede hacer aparecer manchas marrones en las zonas más expuestas (la cara, las manos, el escote), especialmente en personas de piel clara que no se broncean con facilidad. Aunque de forma popular estas manchas se habían denominado “manchas hepáticas” o “manchas del hígado”, su aparición no tiene ninguna relación con enfermedades del hígado ni

con ninguna otra enfermedad interna, si bien son más frecuentes en personas mayores, de salud más delicada. En ellas coexiste un exceso del pigmento normal de la piel (la melanina) junto con el depósito de algunas proteínas degradadas por la exposición solar crónica. Aunque no precisan tratamiento, está demostrado que cuando las vemos, asignamos una edad 10 años superior y una salud más precaria a la persona que las tiene (respecto de la misma imagen sin manchas). Por ello es frecuente que los pacientes deseen eliminarlas. Para ello se pueden utilizar métodos como el láser o, cuando este no está disponible, la crioterapia (congelación con frío).