

PROSOS POLLUCION

Que la contaminación provoca lesiones en la piel y envejecimiento prematuro ya es un hecho demostrado científicamente. Los expertos aconsejan combatirla con hábitos de limpieza y tratamientos que refuercen las defensas naturales. *Por Mar Peiteado*

HASTA HACE POCO, sus efectos se relacionaban con enfermedades pulmonares. Pero el último estudio del Comité Medioambiental del Foro Internacional de Sociedades Respiratorias revela que la contaminación atmosférica puede perjudicar a todos los órganos y células del cuerpo humano, incluida la piel. «Sus consecuencias negativas en la dermis seguirán creciendo a medida que aumenten los agresores medioambientales y los niveles de contaminación, sobre todo en zonas urbanas de alta densidad demográfica», declara la doctora Michelle Hines, directora de investigación y desarrollo global del equipo de I+D de Mary Kay; algo preocupante teniendo

en cuenta que varias ciudades europeas superan los valores límite de calidad del aire establecidos por la Organización Mundial de la Salud.

Estamos constantemente expuestos a altos niveles de polución ambiental. En el exterior, partículas en suspensión, gases de combustión o el ozono, «probablemente el más tóxico, y uno de los componentes del *smog* o nube de contaminación», sostiene Olalla Valcárcel, miembro de la dirección científica y técnico-reglamentaria de L'Oréal España. Elsa Vilà, del departamento técnico y formación de Natura Bissé, cuenta cómo un estudio probó que, en presencia de ozono, la flora de la piel se reduce un 50%, «y está

demostrado que una mayor variedad de flora cutánea repercute en una piel más resistente».

La solución no está en ponerse a cubierto ya que, según algunas investigaciones, el aire de casas y oficinas está cinco veces más viciado que el de la calle (pinturas, productos de mantenimiento, electrodomésticos, calefacciones...). A esto se une la denominada contaminación digital de pantallas de ordenador, móviles o televisiones, y tecnologías led: «Se ha comprobado que la luz azul (HEV) penetra en la piel a más profundidad que la radiación ultravioleta, donde genera muchos radicales libres y un importante estrés oxidativo», afirma Elsa Vilà, que advierte de la importancia de protegernos dada nuestra hiperconexión desde temprana edad.

Todo este conjunto de emisiones nocivas hace mella en nuestra piel: «Agota las defensas antioxidantes en el estrato córneo creando radicales libres que dañan las células responsables de la estructura y elasticidad de la tez», explica Olalla Valcárcel, que asegura que, además, «causa envejecimiento ya que interrumpe el ciclo natural del colágeno y la producción de elastina en la dermis, dando lugar a líneas de expresión y arrugas». Otros signos visibles son hiperpigmentación, sequedad extrema, tono apagado, alergias cutáneas, hipersensibilidad, acné e «incluso, según algún estudio, algún tipo de cáncer de piel», alega el doctor Pedro Rodríguez, dermatólogo de Clínica Dermatológica Internacional.

Conocer científicamente cómo actúa la polución en la piel y los efectos negativos que deja ha permitido desarrollar tratamientos para combatirla con fórmulas antioxidantes o tecnologías antiadhesión que dificultan que las partículas contaminantes se depositen en la piel «reduciendo así la producción de radicales libres a la vez que se fortalece la barrera cutánea», aclaran desde L'Oréal.

La limpieza juega un papel fundamental: «En diferentes estudios de investigación se ha demostrado que elimina el 98% de partículas finas contaminantes y hasta el 80% de metales pesados, además del 99% del maquillaje», detalla la doctora Natalia Jiménez, colaboradora de Bioderma, y dermatóloga del Hospital Universitario Ramón y Cajal. De esta manera, evitamos el acceso de cualquier tipo de impureza que pueda perjudicar la barrera de defensa de la piel.

En cuanto al tratamiento, «cualquier producto anticontaminación tiene que contener ingredientes que hidraten y fortalezcan la barrera natural de la piel, que es la encargada de atrapar y neutralizar los elementos dañinos», apunta el doctor Pedro Rodríguez. También debe incluir activos que combatan la inflamación y proporcionen un efecto antioxidativo: «Moléculas antioxidantes como la vitamina C o hidroxiácidos como el ácido ferúlico pueden tener un efecto beneficioso», añade el doctor, que avanza que la industria «está empezando a sintetizar nuevas moléculas que tienen la función de repeler o absorber parte de los contaminantes de la misma manera que un fotoprotector hace con el sol». ■

ARRUGAS, SEQUEDAD, PÉRDIDA DE FIRMEZA, ACNÉ, SENSIBILIDAD O HIPERPIGMENTACIÓN, ENTRE LAS CONSECUENCIAS.



De izda. a dcha., Skin Life Sérum Hidratante de Lancaster (52,15 €), suero Antidote de Decléor (62 €), crema de día FPS 30 TimeWise Age Minimize 3D™ de Mary Kay (49,50 €), Diamond Cocoon Sheer Cream de Natura Bissé (170 €), Sensibio Agua Micelar de Bioderma (11,95 €) y espuma limpiadora y descontaminante Mousse Crème Éclat de Sisley (94 €).