

ENVEJECIMIENTO

Tratamiento cosmético del envejecimiento cutáneo.



por Dr. R. Alejandro Sánchez Almanza

Los componentes primordiales de la piel; epidermis y sus apéndices, la unión dermo epidérmica, la dermis e hipodermis, experimentan modificaciones, degradaciones y envejecimiento, buscando un equilibrio constante en el proceso de remodelación desde la embriogénesis, la vida fetal hasta la muerte.

El proceso de envejecimiento ya anteriormente discutido y que podemos resumir como el conjunto de modificaciones que se suceden en el organismo desde el nacimiento, como consecuencia del paso del tiempo. La piel al ser el órgano más extenso de la economía y responsable de nuestra apariencia externa, nos muestra el transcurrir del paso de los años y los efectos de la gravedad.

El envejecimiento cutáneo como proceso fisiológico genéticamente programado y también ocasionado por el acumulo de errores en la transcripción del ADN, situación que altera el metabolismo celular, puede acelerarse por factores internos, como una nutrición deficiente y ciertas enfermedades de orden general o local, así como por factores externos de orden climatológico, como la exposición prolongada a la radiación solar sin protección, el viento, el frío, la sequedad ambiental, etc., esta acción de los factores climáticos se puede observar en las zonas descubiertas, tales como el rostro, la V del escote y las manos, pues tienden presentar signos de envejecimiento prematuro antes que otras zonas del cuerpo protegidas por la ropa.

Durante el proceso de envejecimiento la piel sufre una serie de alteraciones a nivel de la dermis y de la epidermis, y a la vez hay una reducción del tejido graso subcutáneo, y como consecuencia de ello la piel se vuelve seca y se descama con mayor facilidad, aparecen arrugas, pigmentaciones, los cabellos se tornan blancos y aparecen telangiectasias, verrugas seboreicas, nevos, quistes, etc. Las ritides comúnmente conocidas como arrugas son en su inicio líneas de expresión en la piel y que como consecuencia del envejecimiento evolucionan a surcos, siendo estos últimos un signo característico del mismo. Se producen por la pérdida de la elasticidad de los estratos superficiales de la epidermis y por la falta de hidratación en los planos más profundos de la piel, debido a esto en las zonas donde la epidermis está adelgazada y sometida a gran tensión se produce una fractura de la estrato córneo dando así origen a la formación de una ritide o arruga verdadera. Las arrugas siguen líneas preferentes, su dirección viene dada por la actividad de los movimientos musculares, es por este mecanismo que a las primeras arrugas que aparecen se les denomina líneas o arrugas de expresión. La evolución de una arruga se va dando de manera cronológica íntimamente relacionado con la predisposición genética, ambiental, hormonal, nutricional, emocional, estilo de vida, práctica de hábitos nocivos es decir, es de carácter aleatorio en donde comprende componentes tanto intrínsecos como extrínsecos. Luego entonces, entre los 5 y 15 años

el microrrelieve cutáneo presenta una red fina cuyas líneas forman estructuras poligonales. Entre los 20 y 25 años comienza una disminución de la actividad celular; entonces, aparecen las primeras arrugas en la frente además de acentuarse la expresión del surco nasogeniano.

Si consideramos que las características que definen a un rostro joven se refieren a una estructura principalmente oval que conserva sus perfiles, ángulos y volúmenes, dando así una definición en el contorno de la mandíbula y que la apariencia de la piel es lisa sin evidencia pliegues ni arrugas; luego entonces podemos referir que al iniciarse el proceso de envejecimiento estas condiciones se van diluyendo, es por esto que la piel comienza a deshidratarse tanto a nivel superficial como a niveles profundos, entre los 25 y los 35 años, las arrugas ya presentes se acentúan e inician a evidenciarse las de los pliegues suborbitarios.

Entre los 35 y 45 años los tejidos epidérmico y conjuntivo van perdiendo su estructura, disminuye el espesor de la piel y su elasticidad, por lo que comienza a perder firmeza, aparecen arruguillas transversales y se forman verdaderas arrugas en la parte exterior de los ojos (patas de gallo), en el pliegue sublabial, en el entrecejo y en el cuello. A partir de los 45 años aparecen las arrugas preauriculares que con el tiempo se van a unir con las del cuello y a los 50 comienzan a aparecer las arrugas peribucales, evidenciándose acúmulos grasos tanto supra como infraorbitarios "bolsas de los ojos". Al paso de los años, las líneas de expresión se convierten en arrugas verdaderas que al profundizarse, forman verdaderos pliegues, luciendo la piel flácida, signo característico de senilidad.

El tratamiento cosmético del envejecimiento debe enfocarse en primera instancia a ser de orden preventivo, posteriormente de carácter involutivo y finalmente correctivo. El tratamiento preventivo consiste en fomentar y favorecer los cuidados de higiene, hidratación, humectación, antioxidación, nutrición y protección principalmente; a manera de favorecer el equilibrio entre la síntesis y la degradación de colágeno a nivel de la matriz extracelular.

- Se recomienda la aplicación diaria de emulsiones con base de glicerol, aminoácidos, ácido láctico, ácido glicólico, urea, y otras sustancias que complementen el efecto higroscópico del F.H.N. (factor de humectación natural), de tal forma de favorecer la fijación de agua en el estrato córneo, reforzando así la capacidad epicutánea autorreguladora, que con la edad hace evidente su déficit. Estas emulsiones también deben contener aceites vegetales, obtenidas de almendras y aguacate principalmente, ricos en ácidos grasos esenciales, vitaminas y minerales tales como el zinc y el selenio para suplementar parcialmente el déficit de los lípidos propios de la piel, y que a su vez disminuyen con la edad. Para protegerse del daño ocasionado por la exposición a la radiación solar se recomienda la aplicación de cosmeceúticos que contengan en su composición filtros solares de alto índice de protección solar, así como antioxidantes del tipo del tocoferol y una pantalla física del tipo del dióxido de titanio. Actualmente en voga se utilizan los fotoprotectores conocidos como de amplio espectro o de fotoprotección sinérgica, en la que predomina componentes de orden orgánico, físico, químico y biológico.

- El estilo de vida juega un papel determinante como cimiento estructural de todo cuidado de orden superficial, la erradicación de los hábitos nocivos como el tabaquismo, alcoholismo, ingesta de grasa saturadas, bebidas gaseosas es de suma importancia así como favorecer un régimen nutricional idealmente balanceado en el aporte de proteínas, vitaminas y minerales complementado con una ingesta suficiente de líquidos.

- Evitar el sedentarismo y favorecer el ejercicio físico, con el objeto de mantener un índice de masa corporal y porcentaje de grasa ideal para evitar problemas de orden metabólico con repercusión al aparato circulatorio.

- La corrección del sobrepeso y de la obesidad deberá ser lenta y progresiva para evitar el adelgazamiento abrupto que exponga a las estructuras cutáneas a la flacidez súbita dificultando el proceso metabólico de reestructuración.

El tratamiento involutivo se inicia una vez que se han formado las arrugas como tal; los cuidados irán encaminados a mejorar la hidratación de la piel, a desaparecer el aspecto descamante, incrementar la elasticidad y por consecuencia mejorar la tensión, estimular la actividad metabólica de la matriz extracelular disminuyendo así la flacidez. El resultado exitoso de estos tratamientos dependerá del grado de deterioro que se manifieste en la piel y de la reiteración de los cuidados.

- El aspecto áspero y opaco de la piel envejecida secundario al acumulo del estrato córneo se trata mediante una exfoliación adecuada que puede ser mecánica como es el caso de la microdermoabrasión idealmente con puntas de diamante o química; como enzimas proteolíticas o algunos agentes compuestos de ácidos suaves en combinación con partículas de huesos de albaricoque finamente triturados, gránulos de coral, piedra pómez pulverizada, esferas de colágeno endurecido, esferas de polietileno y/o sílice.

- Para estimular la circulación sanguínea y así proporcionar una mejor oxigenación que coadyuve a mejorar la flacidez cutánea, recobrando parte considerable de su firmeza, se realizarán masajes tonificantes y de drenaje linfático que incrementen el tono muscular y favorezcan la secreción glandular, complementados con electroestimulación, conocida también como gimnasia pasiva y la aplicación de corriente eléctrica del tipo de alta frecuencia y galvánica, así como succión a base de presión negativa “vacum”.

- Se aplicaran cosmecéuticos que además de los componentes estimulantes del F.H.N. y emolientes como los aceites vegetales antes mencionados, contengan extractos biológicos tales como los hidrolizados de colágeno y elastina, ácido hialurónico, enzimas, etc., que faciliten estimular la actividad metabólica celular. Entre los extractos biológicos más utilizados están los de placenta, tejidos vivos, extractos embrionarios y líquido amniótico y actualmente sustratos de origen marino. Estos cosméticos se presentarán en forma de aceites, emulsiones y lociones acuosas ionizables. Para facilitar la penetración de los principios activos se utilizará la metodología de iontoforesis y se potenciará la acción emoliente de los mismos por efecto del calor mediante la aplicación de fomentos y máscara biotérmicas.

- Las mascarillas utilizadas en los tratamientos para control de las arrugas serán oclusivas, con la finalidad de favorecer la hidratación, y las plásticas, que por su efecto tensor al secarse disimulan las arrugas dando un efecto “Lifting”.

- Médicamente podremos aplicar; ácido retinoico, considerado como el mejor tratamiento antiarrugas. Se recomienda aplicaciones nocturnas en concentraciones de 0.025% hasta de 0.1%, AHA's (alfahidroxiácidos), antioxidantes. ADN (ácido desoxiribonucleico), formulaciones con bases no hormonales de isoflavonas y hormonales con estradiol, sulfato de estrona y testosterona, macromoléculas de tejido conjuntivo (colágeno, elastinas, ácido hialurónico), ácidos grasos esenciales (linoleico y gamma linoleico). Investigaciones recientes señalan como causa principal de ese deterioro celular la participación de los radicales libres. Prácticamente todas las actividades que realizamos a nivel corporal y celular, generan como resultado la producción de radicales libres mismos que en situaciones normales son fácilmente neutralizados, sin embargo bajo ciertas circunstancias puede ocurrir un desequilibrio entre su producción y neutralización. La cantidad de radicales libres se incrementa con la edad (cronoenvejecimiento), mala alimentación, contaminación, hábitos nocivos y estrés, etc., aunque ya está bien identificado que la causal más importante en el desequilibrio de estos es la exposición crónica intensa a la radiación solar sin protección (fotoenvejecimiento).

El tratamiento correctivo; considera la práctica de un conjunto de tratamientos y procedimientos estrictamente médicos dirigidos a recuperar las alteraciones y cambios que se suceden por el paso del tiempo y a conservar el mayor tiempo posible una imagen estéticamente aceptable y agradable. También se refiere a la corrección de imperfecciones estéticas adquiridas como consecuencia de una enfermedad local, general, congénita o bien ocasionada por un accidente.

El objetivo principal está dirigido a:

- Promover el bienestar físico, mental, social y personal del individuo.
- Prevenir la aparición de alteraciones estéticas de carácter multifactorial.
- Establecer y aplicar las técnicas y tecnología de involución y retardo que faciliten la renovación celular y por consecuencia los defectos visibles.

Favorecer un estilo de vida óptimamente saludable, la práctica de un ejercicio físico dinámico, nutrición balanceada, control metabólico, meditación, una actitud positiva, así como recibir una terapia hormonal reconstitutiva y una terapia reconstitutiva de orden celular en combinación con el ajuste de antioxidantes y protectores del DNA, nos ofrece como resultado un rejuvenecimiento verdadero manifestado a través del concepto de: "Embellecimiento cutáneo" sustentado en la luminosidad, la rosagancia, la tersura, la lozanía, la vitalidad y la tensión del tejido cutáneo, es decir una piel lo más libre posible de imperfecciones perceptibles.

Así pues logramos integrar el concepto biológico de edad en la que se pretende lograr un equilibrio entre la edad cronológica, biológica y funcional, siendo esta última muy significativa para el individuo ya que expresa la capacidad de mantener los roles personales y la integración social a su comunidad, requiriendo así mantener un estándar de capacidad física y mental óptima.

Es por esto que la práctica de la medicina estética y la cirugía cosmética han incursionado en el desarrollo de novedosas técnicas operatorias, instrumentos y equipos que permiten recuperar la armonía del contorno facial y el rejuvenecimiento verdadero con una mínima invasión. En donde la finalidad va dirigida a evitar presencia de cicatrices, erradicar periodos prolongados de convalecencia así como obtener resultados espectaculares prácticamente de inmediato.

Las siguientes son algunas de las prácticas más comúnmente utilizadas para lograr este objetivo:

- o Cosmetología
- o Cosmiatría
- o Peelings físicos, químicos y mecánicos.
- o Tratamientos de despigmentación
- o Tratamiento médico para el acné y sus secuelas.
- o Mesoterapia e Hidrolipoclasia ultrasónica.
- o Aplicación de Toxina Botulínica
- o Aplicación de Rellenos, Endoprótesis inyectables y Biocatalizadores
- o Lifting no quirúrgico con hilos aptos (Rusos)
- o Tratamiento con Luz Intensa Pulsada (LIP), Fotofacial, Foto Terapia Dinámica, Depilación permanente progresiva del vello no deseado, (FTD), Laser resurfacing
- o Tratamiento de lesiones y otros defectos vasculares, pigmentarias y cicatrices de acné
- o Correcciones cosméticas
- o Otros (radiofrecuencia, endermología, electroestética. etc.)

Conclusiones:

El procedimiento y el o los materiales “perfectos o mágicos” para lograr el rejuvenecimiento verdadero aún se sigue buscando.

- Nuevos productos, nuevas técnicas y tecnología ¿nuevas expectativas?
- ¿Mejores alternativas a las que ya conocemos y manejamos?
- No existe el procedimiento ideal que por si solo revierta el proceso de envejecimiento como tal.
- La mejor opción es sin duda, la combinación de varias opciones.
- El laser, la LIP, los Peelings, los Hilos, los Rellenos, la Dermoabrasión entre otros tratamientos y procedimientos médicos son sinérgicos para lograr el rejuvenecimiento y embellecimiento verdadero.
- El reto del “quehacer” en la práctica de la Medicina Estética y la Cirugía Cosmética está encaminada a lograr y mantener una piel sana, joven y bella.

“ El drama de la vejez no consiste en ser viejo, sino en haber sido joven “
Oscar Wilde