

LOS LÍPIDOS EN EL CUIDADO DE LA PIEL: NUTRIR Y REGENERAR



El problema de la piel seca se ha convertido en uno de los más extensos en la actualidad.

El aumento de las pieles sensibles en los últimos años se está convirtiendo en un problema alarmante,

y es la primera causa de consulta dermatológica en la actualidad.

El estrés, nuestro ritmo de vida, la mala alimentación, los factores externos, se acaban manifestando en nuestra piel.

Cada vez más personas necesitan tratamientos re-lipidantes y reguladores de la hidratación de la piel.

Los lípidos naturales son ingredientes clave en cosmética, pero son fundamentales en tratamientos para pieles secas y sensibles, para productos anti-edad, protectores y del cuidado facial en general.

La piel actúa como una barrera que nos protege de los agentes externos, y de la excesiva pérdida de agua.

Una piel sana, óptima, se caracteriza por un equilibrio adecuado entre lípidos epidérmicos e hidratación. El estado sano de la piel depende de la retención de humedad proporcionado por las capas externas de la epidermis.

La piel seca se caracteriza por un reducido contenido de agua y, lo que es más grave, una deficiente composición lipídica.

Cuando la función barrera de la piel está comprometida y es deficiente, la tasa de evaporación de agua transepidérmica aumenta, la piel se deshidrata, las células de la epidermis (Corneocitos), se descohesionan, aumentando la sensibilidad de la piel a los factores externos (ambientales, patógenos, alérgenos...etc).

Por tanto, un tratamiento ideal debe contener ingredientes que mejoren y reparen la función barrera, al igual que suplementen la falta de lípidos naturales epidérmicos.

El aceite de Argán está compuesto hasta en un 80% de ácidos grasos esenciales, el principal es el ácido linoléico (omega 6, el más esencial de todos) que garantiza las funciones de reparación y de defensa de la piel, además de otros elementos que le aportan grandes propiedades antioxidantes, restauradoras y antiedad, y protegiéndola además, de la acción de los radicales libres:

- ✓ **50 % en ácido linoléico, 15 % en ácido alfa-linolénico, 12 % de ácido oleico:** precursores biológicos de hormonas intracelulares como las prostaglandinas (reguladoras fundamentales de los distintos sistemas celulares, en particular de todos los intercambios membrenarios). Estimulan la oxigenación intracelular, mejorando la restauración de la película hidro-lipídica aumentando el contenido nutricional de las células cutáneas y asegurando la humedad indispensable de la piel
- ✓ **1 % de ácido araquidónico**
- ✓ **3 % de ácido gammalinolénico**
- ✓ **5% de Tocoferoles**, (Vitamina E). Los principales representantes de esta clase de compuestos encontrados en el aceite de argán son el alfa-tocoferol o vitamina E (5%), el gammatocoferol (83%) y el delta-tocoferol (12%) son antioxidantes naturales y precursores de vitaminas.
- ✓ **Ácido ferúlico:** Es el componente que se encuentra en mayor proporción en el aceite y se utiliza como antihipertensivo, por lo que favorece la circulación sanguínea, aumentando así la llegada de nutrientes. Estimula la oxigenación intracelular, neutraliza los radicales libres y protege los tejidos conjuntivos.
- ✓ **Fitosteroles:** Los delta-7-esteroles son inhibidores de la enzima 5-alfa-reductasa, que transforma la testosterona en dihidrotestosterona (DHT), responsable en gran medida del acné y la caída del cabello.

- ✓ **Escualeno:** presente en un 25% de los lípidos humanos), uniéndose a la membrana celular, ayudando a eliminar toxinas y desactivando radicales libres.
- ✓ **Lupeol:** presenta propiedades anticancerosas y mejora la proliferación de los queratinocitos que producen la queratina del cabello, uñas y piel.

Todos estos elementos le aportan **elevadas propiedades antioxidantes, anti-inflamatorias, re-estructurantes, regenerantes y antiedad.**

Restaura la piel y la protege de la oxidación provocada por los radicales libres.

ÁCIDOS GRASOS ESENCIALES:

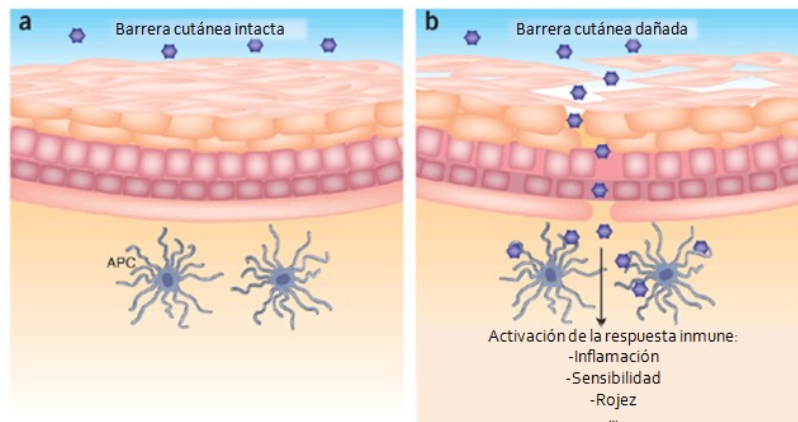
Los ácidos grasos esenciales son los poli-insaturados, “Polyunsaturated Fatty Acids”, también conocidos como PUFAs. Son absolutamente necesarios para nuestra salud, y no pueden ser sintetizados por el organismo.

Los PUFAs intervienen en procesos metabólicos de gran importancia, como el control de la presión sanguínea, la reducción del colesterol, la regulación de procesos inflamatorios (son precursores de prostaglandinas) y reacciones alérgicas, o la constitución de los fosfolípidos de las membranas celulares, entre otros.

Al no ser sintetizados por nuestro organismo, deben ser aportados desde el exterior.

El estrato córneo, necesita tres tipos de lípidos para realizar una eficaz función barrera: Ceramidas, colesterol y ácidos grasos poli-insaturados. Cuando estos lípidos están cohesionados de forma regular entre los queratinocitos, las sustancias potencialmente dañinas que tocan la piel no pueden traspasar la barrera cutánea. Por el contrario, cuando hay una

carencia de ácidos grasos poli-insaturados, la barrera cutánea se vuelve permeable:



La falta de PUFAs tiene como consecuencia directa, una serie de problemas en la piel, tales como:

- Piel Seca, tirante e incómoda
- Descamación
- Las heridas tardan más en cicatrizar
- Pérdida de hidratación
- Proceso de queratinización errático
- Aumenta la tasa de mitosis (desorganización de las capas epidérmicas)
- Tendencia a eczemas y picor , por su contenido en ácidos grasos poli-insaturados, restablece la función barrera de la piel. Esta regulación contribuye a controlar la TEWL y por lo tanto a mantener una óptima hidratación de la piel.



Además, como precursores de las prostaglandinas que son, los ácidos grasos esenciales contenidos le otorgan funciones reguladoras del metabolismo de la piel:

- ✓ Disminuyendo la inflamación
- ✓ Manteniendo la elasticidad de la piel

- ✓ Estimulando la cicatrización y regeneración
- ✓ Regulando la queratinización
- ✓ Disminuyendo la Tasa de Evaporación cutánea
- ✓ Manteniendo la hidratación de la piel

ACCIÓN ANTI-RADICALES LIBRES: PROTECCIÓN DEL ADN

Los radicales libres son agentes químicos dotados de una potente capacidad oxidante. Pueden tener un origen exógeno (contaminación, tabaco, etc) o endógeno (estrés, respiración celular, etc).



En condiciones normales, la piel es capaz de mantener un equilibrio entre los radicales libres generados o que penetran del exterior, y nuestros sistemas enzimáticos internos que los neutralizan, pero cuando se produce un desequilibrio, sea del origen que sea, se produce lo que se conoce como **estrés oxidativo**, la cantidad de radicales libres que se producen es superior a la capacidad de las células para neutralizarlos, como consecuencia, empiezan a acumularse en el medio, agrediendo a los tejidos y las células de la piel, **provocando un envejecimiento acelerado**.

Los radicales libres atacan de forma especial a las membranas celulares, causando la destrucción de las mismas. Estas membranas son el delicado soporte del mapa genético de nuestras células, cuyo núcleo contiene el ADN. La integridad de esta membrana protege el ADN y la vida de nuestras células.

ARGAN OIL, actúa de dos formas para impedir la destrucción del ADN:

Por un lado, los ácidos grasos esenciales actúan como refuerzo de la membrana celular. Adicionalmente, su composición rica en Tocoferoles, antioxidantes naturales, consigue frenar el mecanismo de reacción en cadena de formación de radicales libres.

El delta-tocoferol, es el isómero de la vitamina E, con mayor actividad antiradicalaria.

Ni el delta-tocoferol ni el gamma-tocoferol pueden sintetizarse químicamente y deben extraerse de productos naturales que los contengan. Resulta pues muy interesante, la alta concentración tanto de gamma-tocoferol y de delta-tocoferol que puede encontrarse.

Precisamente su contenido en Vitamina E permite que se conserve mejor que otros aceites.



hidrata, oxigena y regenera intensamente, protegiendo la piel de las agresiones externas, como el frío o los rayos solares. Está especialmente recomendado para

pieles atópicas, dañadas, o sensibles ya que ya que por sus propiedades antiinflamatorias alivia y calma irritaciones y rojeces. También es ideal para la piel del bebé.

Además, no es comedogénico, es decir que no obstruye los poros, por el contrario, su uso es recomendable en pieles grasas y acnéicas dado su actividad sebo reguladora, antiséptica y cicatrizante, resultando recomendable por lo tanto incluso para pieles grasas o con acné, en las que, facilita la cicatrización de las marcas y la recuperación del aspecto sano de la piel.