

Cosmética masculina

módulo 1

Dermatología cosmética

M.^a Dolores García Puerta

Licenciada en Farmacia, especialista en Farmacia Industrial y Galénica.
Técnico Superior en Estética. DERMISVITAL® cosmética+estética.

1. Nutricosmética
2. Hidratación
3. Antiarrugas y toxina botulínica
4. Protección de la piel (sol, aire, condiciones extremas)
5. Problemas derivados del maquillaje/tatuajes, piercings
6. Acné
7. Estrías y cicatrices
8. Cosmética masculina

El interés creciente de la población masculina por presentar una imagen personal cuidada –siguiendo el modelo estético que imponen los cánones de la sociedad actual– es el responsable de que este sector de la cosmética haya crecido en los últimos años a un ritmo acelerado, ofreciendo a sus clientes una amplia variedad de productos cosméticos (antiarrugas, antimanchas, hidratantes, reafirmantes, regeneradores, seborreguladores, antibolsas, antiojeras y reductores, entre otros), que se suman a los más tradicionales, como son los productos para la higiene personal, para el afeitado y contra la caída del cabello. Y es que a ellos también les gusta presumir de piel y de cabello.

Con todo, los principales retos cosmetológicos que se le plantean a la cosmética masculina son fruto de la peculiar fisiología cutánea masculina y de las consecuencias del proceso del afeitado, por lo que el sector demanda cosméticos capaces de facilitar el afeitado, calmar la irritación y contrarrestar la falta de confort dérmico, corregir la sequedad o el exceso de secreción sebácea, actuar contra los signos del envejecimiento (arrugas, flacidez, manchas, piel apagada, bolsas, ojeras...), frenar la caída del cabello, reducir los depósitos de grasa localizada, reafirmar y tonificar el cuerpo, y evitar el mal olor corporal y el exceso de sudoración.

Los cosméticos «para ellos» también son especiales porque deben cumplir las siguientes premisas:

- Ser fáciles de usar, es decir, funcionales.
- Proporcionar efectos visibles inmediatos.
- Aportar frescor y confort a la piel.
- Ser de consistencia ligera y no grasos.
- Los envases deben ser muy prácticos, con fácil dosificación y ergonómicos.
- Y, por supuesto, deben pasar desapercibidos.

Fisiología cutánea masculina (piel y cabello)

Aunque la estructura de la piel y el cabello es básicamente idéntica en el hombre y en la mu-

jer, las hormonas sexuales masculinas (andrógenos) son las responsables de las diferencias del tejido cutáneo entre ambos sexos, de ahí la formulación específica de los cosméticos masculinos. Entre estas diferencias, las más importantes son las siguientes:

- En la epidermis se observa:
 - La capa córnea más gruesa, siendo la piel más áspera y rugosa.
 - Externamente se observan los poros de las glándulas sebáceas más dilatados, lo que facilita la formación de comedones.
 - El vello facial y corporal también es más abundante, por lo que el hombre necesita rasurarlo con el proceso del afeitado que caracteriza al sexo masculino.
 - El cabello, sin embargo, puede sufrir una pérdida prematura debido a la alopecia andrógena.
 - La secreción ecrina de las glándulas sudoríparas es mayor y más ácida, por ello la piel del hombre precisa de mayor hidratación que la de la mujer.
- La dermis presenta:

© S. KARLSSON/ISTOCKPHOTO



- Un contenido en colágeno superior, lo que aumenta la resistencia de la piel.
- La red capilar también es más densa, ante la necesidad de nutrir un mayor número de folículos pilosebáceos.

Cosméticos específicos para el hombre

Higiene facial

Una buena higiene facial es el secreto de belleza más efectivo. Y en el hombre debe ser aún más cuidadosa que en la mujer, ya que en el sexo masculino los poros del folículo pilosebáceo, al estar más dilatados, tienen más facilidad para retener la suciedad tanto exógena (polvo atmosférico, contaminantes ambientales, restos de cosméticos) como endógena (secreciones sebáceas más abundantes, descamación epitelial, sustancias orgánicas y las procedentes de la evaporación y descomposición de sudor). Además, el hombre debe proteger su piel de las consecuencias del afeitado.

La primera etapa para una piel sin fatiga es la limpieza, por lo que muchos cosméticos para la higiene facial masculina se ofrecen como limpiadores «energizantes» que borran los signos de fatiga de la piel, propiedad que se sustenta por contar entre sus activos con extractos de plantas de reconocida actividad estimulante (ginseng y guaraná, entre otros), oligoelementos con actividad antirradicales libres y vitaminas.

En el caso de una piel joven o con excesiva secreción sebácea, los productos de higiene se plantean como limpiadores «purificantes», y contienen activos con una marcada actividad antiséptica, como los procedentes de plantas aromáticas (árbol del té, menta, romero, tomillo, hierbabuena, etc.), de los cítricos (limón, lima, etc.), junto con activos seborreguladores (derivados del azufre) que, a veces, llevan incorporados gránulos de polietileno, polvo de hueso de frutos (melocotón...) y actúan como exfoliantes

Consejos prácticos para un buen afeitado con cuchilla de afeitar

- Utilizar un limpiador facial suave aplicándolo sobre la piel humedecida antes del afeitado.
- Si se afeita al levantarse, los músculos están más relajados y resultará más fácil.
- El calor y la hidratación favorecen un afeitado más eficaz, ya que el agua caliente y el vapor hacen que se ablande la queratina del pelo. Por ello, se recomienda el afeitado durante o después de la ducha.
- Utilizar una buena espuma o gel de afeitar, así como una buena cuchilla, ya que la piel está en juego.
- Dejar actuar 1 o 2 minutos la espuma de afeitar y comenzar por los laterales, dejando para el final la zona de la barbilla y el bigote, donde la densidad pilosa es mayor.
- Afeitarse deslizando la maquinilla suavemente, ayudándose con la otra mano para estirar la piel.
- Después de su uso, limpiar la maquinilla con agua caliente y secarla sacudiéndola varias veces. Nunca debe secarse con una toalla.
- Retirar los restos con agua templada, terminando con un aclarado con agua fría para cerrar los poros.
- Utilizar un buen *after shave* para calmar y restablecer el equilibrio de la piel. Evitar los que contengan alcohol en su formulación, ya que resecan la piel.
- Es imprescindible hidratar bien la piel para que no se resienta de las agresiones del afeitado.

físicos que disminuyen el grosor de la capa córnea y retiran la suciedad que obstruye la entrada de los poros del folículo pilosebáceo, formulados en un detergente sintético suave y con un pH adecuado.

Afeitado

El proceso del afeitado masculino, una actividad que el hombre realiza casi a diario, constituye por sí mismo una abrasión de la superficie cutánea que elimina vello y células del estrato córneo. Generalmente comporta un riesgo de agresión mecánica que es directamente proporcional al «apurado» conseguido. Este pequeño «trauma» provoca una cierta irritación, tirantez, falta de confort y, ocasionalmente, pequeños cortes, con la consiguiente posibilidad de infección.

Existen básicamente dos tipos de afeitado: en seco (maquinilla eléctrica) y el que precisa cierto grado de hidratación (cuchilla de afeitar); ello determinará el tipo de producto cosmético

que se va a utilizar tanto antes como durante y después del afeitado.

Afeitado con cuchilla/hoja de afeitar

La hoja cortante debe deslizarse sobre la superficie cutánea venciendo la resistencia al corte de cada uno de los vellos que se encuentra en su camino.

- Antes del afeitado. Es fundamental realizar antes del afeitado una limpieza facial, usando un jabón no irritante y agua caliente (40 °C) para eliminar restos de suciedad (sobre todo grasa, sudor, células epiteliales y polvo).

En aquellos casos de barbas muy duras, se aconseja el uso de preparadores para antes del afeitado. Con ellos se aumenta el grado de hidratación de la queratina del pelo, lo que disminuye la resistencia al corte e hidrata la capa córnea. Se aconseja usarlos, a ser posible, la noche anterior si el afeitado se realiza a la mañana siguiente. Son productos que tienen un

gran poder hidratante y humectante. Suelen ser emulsiones poco grasas, cremigeles o geles hidroalcohólicos.

En este tipo de productos se emplean los siguientes activos:

- Hidratantes como urea, PCA sódico (pirrolidincarboxilato sódico), ácidos lácticos, glicólico, málico, tartárico, cítrico, lactobiónico, salicílico; polioles (glicerina, sorbitol, propilenglicol, manitol...).
- Suavizantes/protectores: polímeros celulósicos, goma guar, PVP (polivinil pirrolidona), carbómeros, hidrocarburos, siliconas, triglicéridos, ésteres emolientes...
- Antisépticos: triclosán, ácido salicílico y otros, que deben estar incluidos en las listas positivas de sustancias conservadoras con actividad específica.

- Durante el afeitado. Se emplean cosméticos que facilitan el hinchamiento de la queratina por la hidratación de esta, gracias al uso de humectantes y agentes que aumentan la alcalinidad del medio, modificando el pH, ya que el punto isoeléctrico de la queratina es muy ácido y es uno de los responsables de su resistencia mecánica. También se necesitan lubricantes para facilitar el desplazamiento de las hojas de afeitar sobre la piel y agentes tensioactivos para retirar la secreción sebácea que sale del folículo pilosebáceo que confiere hidrofobicidad al pelo, dificultando su permeabilidad al agua.

Todo ello respetando al máximo la película hidrolipídica y el pH de la piel, protegiéndola de las irritaciones que produce el afeitado.

Entre los productos más empleados encontramos:

- Productos espumantes, entre los que destacan los siguientes:
 - Los jabones de afeitar (actualmente en desuso debido a la aparición de las cremas de afeitar).
 - Las cremas de afeitar espumantes (se aplican sobre la piel húmeda formando una capa gruesa y frotando circularmente con una brocha mojada).

CASO PRÁCTICO

Planteamiento

Paciente de unos 30 años, que realiza un trabajo de comercial, tiene la piel del cutis irritada, sobre todo en la zona donde se afeita, y presenta finas arruguillas en el contorno de los ojos. Quiere mejorar su aspecto, ya que es fundamental en la profesión que desempeña, y solicita consejo farmacéutico.

Resolución

Se le pregunta cómo se afeita, y dice que lo hace con cuchilla de afeitar todos los días, usando jabón de afeitar para preparar la piel. Después utiliza un *after shave* en forma de loción hidroalcohólica que le refresca bastante, pero le irrita mucho. No utiliza ningún otro cosmético y el gel de baño y el champú son suaves. Tampoco toma ningún medicamento. Se le recomienda el afeitado después de la ducha, usando como preparación una espuma de afeitar en aerosol que se aconseja deje actuar durante unos 2 minutos y afeitarse con la cuchilla de forma suave y, finalmente, enjuagarse con agua templada. Se le indica que el último aclarado lo haga con agua fría, secando sin frotar. También se le recomienda usar un *after shave* en forma de emulsión fluida, rica en activos hidratantes y calmantes, destacando la importancia de que no contenga alcohol. Para el contorno de los ojos, se le aconseja usar un cremigel contorno de ojos específico para las primeras arrugas de expresión, todas las noches antes de acostarse, después de limpiar la piel.

- Las espumas en aerosol (muy cómodas de usar, ya que no requieren brocha para su aplicación).
- Las espumas autocalentables (con poco éxito comercial debido a la complejidad tecnológica en su fabricación).
- Los geles de afeitar autoespumantes (con bastante éxito comercial, el gel se transforma en espuma al entrar en contacto con la piel por ebullición del hidrocarburo de tipo isopentano).
- Productos no espumantes: cremas de afeitar sin brocha que permiten un afeitado más rápido y tienen un bajo poder irritante. Su inconveniente es que son difíciles de aclarar y se adhieren a la máquina de afeitar.

Afeitado con maquinilla eléctrica (en seco)

En este caso no se requiere el desplazamiento de una hoja sobre la piel y lo que interesa es que el pelo se levante incrementando el ángulo que forma

con la superficie cutánea para cortarlo mejor. Por ello, no conviene hidratar la queratina, sino todo lo contrario.

- Antes del afeitado. Los productos cosméticos más utilizados para el afeitado en seco son las lociones hidroalcohólicas que preparan la barba. Contienen alguna sustancia astringente capaz de enderezar el pelo, además de antisépticos y agentes lubricantes. El grado alcohólico oscila entre el 40 y el 80%.

- Después del afeitado (*after shave*). Sea cual sea el tipo de afeitado, en húmedo o en seco, posteriormente es necesario aplicar cosméticos que proporcionen una sensación de frescor y bienestar, como los *after shave*. Además de suavizar, hidratar, regenerar y proteger, estos productos contienen multitud de ingredientes cosméticos con actividad antienvjecimiento, antiarrugas, antiflacidez, controladores de los brillos producidos por la secreción sebácea, antimanchas, incluso debilitadores del vello, que ralentizan

su crecimiento y son muy útiles para prolongar el tiempo entre afeitados.

Las formas cosméticas más utilizadas son lociones hidroalcohólicas, bálsamos (con o sin alcohol), geles, cremigeles, emulsiones fluidas, cremas y *serums*.

Antienvejecimiento

La piel envejece con el paso del tiempo y los efectos del sol, provocando alteraciones estructurales que se manifiestan en arrugas, flacidez, manchas, piel seca, pérdida de luminosidad, engrosamiento del estrato córneo y adelgazamiento de la epidermis.

El hombre demanda productos anti-envejecimiento de la máxima eficacia, fáciles y cómodos de usar, de tacto no graso (preferiblemente gel), que se absorban rápidamente, sin perfume, o en todo caso con un olor muy suave y, sobre todo, que se puedan aplicar después del afeitado.

Los hombres empiezan a cuidarse cada vez más jóvenes, por lo que necesitan cosméticos que prevengan y traten los primeros signos de envejecimiento. Estos se ofrecen con una imagen juvenil que se relaciona, sobre todo, con el mundo del deporte (*fitness*, especialmente), que expresa fuerza, energía y poder, muestra clara de su indiscutible eficacia en el tratamiento del envejecimiento.

Estos productos ofrecen normalmente soluciones contra los primeros signos de la edad y otras más específicas contra las arrugas y la flacidez.

Los principios activos más utilizados son el ácido hialurónico, los alfa-hidroxiácidos, el veneno de serpiente, el

DMAE o deanol (dietilaminoetanol), los antioxidantes procedentes de la uva (resveratrol y proantocianidinas oligoméricas), las vitaminas A, E y C (en su forma estabilizada), productos de origen marino (algas, plancton, cartílago de peces, ADN obtenido del líquido seminal y esperma de peces, etc.), aceites esenciales (azahar, enebro y naranja, entre otros), extractos de plantas ricas en flavonoides (*Ginkgo biloba*, té verde, castaño de indias, *Mimosa tenuiflora*, etc.), oligoelementos con actividad antioxidante (cinc, cobre, manganeso...), enzimas y coenzimas con actividad antirradicales libres (superóxido dismutasa [SOD] y ubiquinona o coenzima Q) y derivados del cacao (chocolaterapia), entre otros.

Cabe destacar los productos para el cuidado del contorno de los ojos, a los que cada vez hay más adeptos masculinos. Son cosméticos que disimulan o retardan la aparición de pequeñas arrugas, como las temidas patas de gallo, que descongestionan la zona, disimulan las bolsas palpebrales y las ojeras, además de reducir la flacidez.

La zona ocular es la más frágil y sensible de la cara, ya que su piel es muy fina; además, las fibras elásticas y colágenas de la dermis son menos densas, por lo que se relajan más deprisa y las arrugas aparecen pronto. La circulación sanguínea y linfática se halla enlentecida (por lo que los intercambios metabólicos se realizan muy lentamente), y se acumula líquido en los espacios extracelulares, produciéndose así bolsas por acumulación de líquidos, ojeras por extravasación de pigmentos de la sangre, edemas, etc.

Los activos más empleados son aquellos ricos en flavonoides que tienen actividad vitamínica P (disminuyen la permeabilidad capilar y aumentan su resistencia), lo que beneficia la microcirculación venosa y mejora la tonicidad de las paredes. Entre los flavonoides más usados destacan los flavonoles (quercetina y rutina), las flavononas (naringina, hesperidina y eriocitrina, conocidos como citroflavonoides) y los del grupo de la flavona (silimarinas).

El excipiente ideal es el gel o el cremigel, ya que por sus cualidades mecánicas crea un film en la superficie que estira y disimula la arruga. ■

Bibliografía

- Balaguer F. Cosmética masculina. En: Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos, eds. Atención farmacéutica en dermofarmacia. Módulo I. Manual de formación continuada. Madrid: BGA Asesores, 2008; pp. 95-119.
- Charlet E. Cosmética para farmacéuticos. Zaragoza: Acribia, 1996; p. 73.
- Martini MC, et al. Dermocosmética y Estética. Vol. 3: Cosmetología. Barcelona: Masson, 1997; pp. 71-73.
- Molpeceres J, et al. Cosmetología aplicada a la estética integral. Madrid: Videocinco, 2009; p. 117.
- Parra JL, Pons L, et al. Ciencia cosmética. Madrid: Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos, ed., 1995; p. 532.
- Quiroga M, Guillot C. Cosmética dermatológica práctica. Buenos Aires: El Ateneo, 1998; pp. 263-270.
- Wilkinson JB, Moore RJ. Cosmetología de Harry. Madrid: Díaz de Santos, 1990; p. 270.

¡Acceda a www.aulamayo.com para responder a las preguntas del test de evaluación!