



CÓMO ABORDAR EL CUIDADO DE LA PIEL GRACIAS A LA FITOTERAPIA Y UN ENFOQUE INTEGRAL

EN PRODECO PHARMA OFRECEN SOLUCIONES RESPETUOSAS CON LA FISIOLÓGÍA Y EL EQUILIBRIO DE NUESTRO CUERPO.

Como es sabido, el **órgano más extenso del cuerpo** humano es la **piel**, que representa el 15% del peso corporal total, aproximadamente, y cubre todo el cuerpo externamente. Su estructura y las funciones que desempeña la convierten en mucho más que una simple envoltura que protege los órganos internos, es **esencial para la supervivencia**. Algunas de estas funciones son: de barrera, sensorial, termorreguladora, fotoprotectora, metabólica, inmunológica, endocrina y excretora. La piel **consta de 3 capas** principalmente, cuyo origen y estructura es diverso. La epidermis es la más externa y está formada por múltiples capas de células. La capa intermedia es la dermis, constituida por tejido conectivo denso. La hipodermis es la más profunda, donde se recolectan las células adiposas.

El estado de bienestar de la piel se relaciona directamente con los distintos componentes celulares de cada capa y con la **microbiota cutánea**, que es el conjunto de microorganismos (virus, bacterias y hongos) que habitan en la superficie de la piel, en simbiosis con ella. Se puede decir que **contribuye a la defensa inmunitaria de la piel** mediante el mantenimiento del pH ácido cutáneo, la producción de bacteriocinas defensivas y el obstáculo físico que bloquea los enlaces de lugares de adhesión de microorganismos patógenos.

Cabe destacar que la microbiota cutánea **mantiene una relación muy estrecha con la microbiota intestinal**. Por ello, si se produce una alteración cualitativa y/o cuantitativa en la composición de los microorganismos intestinales, y nuestra barrera defensiva se ve vulnerada, esto se verá reflejado a nivel cutáneo mediante la secreción de sustancias al torrente circulatorio, que pueden llegar a zonas tan distantes como la piel, la migración de bacterias desde su lugar de origen, o diversas alteraciones inmunitarias.

Por tanto, la **microbiota intestinal** desempeña un **importante papel en el eje intestino-piel**, por lo que se asocia su desequilibrio a muchos problemas cutáneos. Entre las causas de esta alteración encontramos el estrés y llevar un ritmo de vida acelerado, no seguir una alimentación equilibrada, el consumo de medicamentos, el sedentarismo o la acumulación de metales pesados.

Las **problemáticas cutáneas** son de las patologías más **frecuentes** y suponen una de las áreas de actividad clínica principales entre los facultativos de medicina general. En algunos casos, las lesiones de la piel son visibles y comprometen el aspecto de quien las padece, pudiendo tener un impacto psicológico relevante. Si bien los niños y las personas mayores se ven más afectados, las patologías cutáneas también van en aumento entre adolescentes y adultos.

En cuanto a los **síntomas** y signos de estas problemáticas encontramos dolor, prurito, quemazón, formación de ampollas, hinchazón, engrosamiento de la piel, descamación o alteración de la coloración y despigmentación.

De todos ellos, el **prurito** es el más desagradable que tienen en común la mayoría de estas patologías. Es un síntoma que induce a la necesidad de rascarse como acto reflejo de protección; sin embargo, compromete la barrera cutánea, ya que la epidermis se vuelve más vulnerable y expuesta a infecciones del ambiente externo. Además, cualquier infección por bacterias, hongos u otros agentes causa irritación, que también provoca prurito, lo cual lleva a un círculo vicioso, y puede generar que aparezca alguna lesión cutánea.

Principales patologías cutáneas

Entre las problemáticas de la piel, encontramos la **dermatitis**, término que incluye un grupo de patologías que se caracterizan por una inflamación cutánea superficial junto a enrojecimiento, edema, exudado, costra y, especialmente, prurito. Se manifiesta de manera aguda después del **contacto con el factor desencadenante**, el cual puede ser de distinta naturaleza, ya sea química (detergentes, tejidos, níquel), física (radiación solar, frío) o biológica (estreptococos).

Dentro de esta categoría también se encuentra la **dermatitis atópica**, que se conoce como **eczema**. Aunque en la actualidad se desconoce su causa, se reconoce que cuenta con un componente hereditario. Esta frecuente afección afecta alrededor del 5% de adultos y a un 10-20% de niños, y su incidencia sigue aumentando en el mundo occidental. Por otro lado, encontramos la **psoriasis**, caracterizada por la aparición de manchas en relieve enrojecidas y con márgenes irregulares, que se deben al crecimiento muy acelerado de las células cutáneas. Aunque todavía no están claros los mecanismos patógenos, se presupone una predisposición genética que produce una alteración del sistema inmunitario. Se trata de una patología crónica y recidivante y, aunque puede afectar a personas de cualquier edad, las franjas con más incidencia son aquellas entre 16 y 22 años, y entre 57 y 60 años. Se puede decir que la psoriasis es una afección bastante frecuente, ya que entre un 2 y un 5% de la población la padece.

Otra de las patologías cutáneas destacadas es la **urticaria**, que se caracteriza por la aparición de ronchas rojas pruriginosas, en pequeñas manchas que tienden a unirse entre sí creando zonas de irritación que pueden llegar tener una extensión considerable. Estas lesiones pueden ser localizadas o difusas y, habitualmente, se desarrollan superficialmente. En cuanto a sus causas, encontramos alergias alimentarias, factores ambientales (como el polvo), arañazos de animales, y factores emocionales y psicológicos relacionados con el estrés.

Si hablamos de problemáticas de la piel, también habría que considerar las lesiones que pueden causar las **picaduras de insectos**. Por ejemplo, las picaduras de abejas, avispas y avispones provocan un dolor inmediato y la formación de una zona roja, hinchada y a menudo pruriginosa, con un diámetro algo superior a 1 cm, aunque en algunas personas puede llegar a ser de 5 cm. En la piel se produce una reacción cuyo origen está en la retención de parte del aparato bucal del insecto (aguijón), en la inyección de sustancias irritantes (secreciones salivales del insecto), y en infecciones secundarias debidas al rascado.

Para **abordar el tratamiento** de estas patologías, las terapias convencionales se basan, principalmente, en dos categorías farmacológicas: corticosteroides, y antibióticos y antifúngicos, ambas con diversos efectos secundarios asociados. Se trata de enfoques que no consideran las causas del problema y que funcionan comprometiendo la barrera cutánea y su función defensiva.

Un enfoque natural, seguro y eficaz

En cambio, desde Prodeco Pharma proponen un **enfoque natural, seguro y eficaz, que respeta la fisiología y el equilibrio del organismo**. Gracias a la investigación, han desarrollado diversos productos que, en asociación con una dieta saludable y un correcto estilo de vida, permiten **restaurar la función barrera, ayudar a resolver la sintomatología, y mantener la salud y el bienestar cutáneo**. Concretamente, para ayudar a abordar problemáticas como la dermatitis y el eczema, la psoriasis, la urticaria, las picaduras de insectos y el eritema solar, Prodeco Pharma ofrece el producto sanitario **GSE Simil-One®**, una **crema de uso tópico 100% natural y libre de cualquier componente de origen animal, que protege la piel en caso de irritaciones, enrojecimientos y estados pruriginosos de distinto origen y naturaleza**. Contiene polisacáridos del **gel de Aloe vera**, Goma xantana y Carboximetil-betaglucano, que ejercen un **efecto barrera** que protege la piel alterada por el ambiente externo, manteniendo un correcto nivel de hidratación y proporcionando así un rápido y duradero alivio. También contiene **GSE, Extracto de semillas de pomelo** que, gracias a sus propiedades antibacterianas selectivas y de amplio espectro, favorece un **ambiente microbiológicamente controlado**; además de otros extractos vegetales que favorecen el restablecimiento de las condiciones fisiológicas óptimas de la epidermis, así como aceites y mantecas vegetales. Además, cabe destacar la presencia de **Biosterine®**, un fitocomplejo constituido a base de **Albahaca morada** (80%)

y **Salvia officinalis** (20%), titulado al 40% en Ácido rosmarínico. Entre los efectos beneficiosos de la Albahaca morada y de la Salvia se encuentran su acción **antiinflamatoria, analgésica, e inmunomoduladora**.

La crema también contiene extractos de **Lithospermum**, con acción antiinflamatoria, antipruriginosa y rehidratante; de **Echinacea angustifolia**, con propiedades antimicrobianas y antiinflamatorias; y de **Nymphaea lotus** o **nenúfar**, cuyas sustancias tienen una acción antiinflamatoria y antioxidante.

Pero para **tratar algunas de las patologías descritas** anteriormente, como dermatitis atópica, psoriasis y urticaria, aparte de incluir la crema GSE Simil-One®, es importante **proponer un protocolo que, además, incluya probióticos y complementos que ayuden al bienestar intestinal**, teniendo en cuenta la estrecha relación que existe entre la microbiota intestinal y la microbiota cutánea. Para ello, desde Prodeco Pharma recomiendan un protocolo que incorpore Microbiotic+ GSE Symbiotic y GSE Cleaner-IN. **Microbiotic+ GSE Symbiotic** es una **mezcla de probióticos, prebióticos y extractos fitoterapéuticos** dirigidos a **restaurar las poblaciones microbianas intestinales beneficiosas y reforzar el sistema inmunitario**. Las cepas utilizadas (lactobacilos y bifidobacterias) son los microorganismos principales que se ven alterados cuando hacemos uso de fármacos y cumplen con las funciones principales necesarias del ecosistema intestinal. La combinación de extractos vegetales (extracto de semillas de Pomelo, zumo de Noni, extracto de Uncaria y extracto de Astrágalo) lo convierte también en una herramienta ideal en caso de prevención de enfermedades. Cuenta con **fórmulas específicas tanto para adultos como para niños**, ambas aptas para celíacos y veganos.

Por su parte, **GSE Cleaner-IN** es un complemento alimenticio a base de GSE, que ayuda al equilibrio microbiano del organismo, Fibras solubles de Maíz, de una alta solubilidad y provee de la capacidad de generar ácidos grasos de cadena corta, muy **beneficiosos para la salud intestinal**. Se complementa con enzimas digestivas y Aloe vera, para **limpiar y eliminar las sustancias de desechos** y purificar de impurezas. Finalmente, cabe señalar el importante papel que juega seguir una **alimentación saludable y equilibrada para contribuir al bienestar de la piel**. Para ello, destacamos cuatro consejos:

- **Nutrir**la con vitaminas (A, B9, C, D y E), minerales (Zinc, Azufre, Selenio) y grasas esenciales (omega-3), para ayudar a disponer de las sustancias necesarias para la renovación de la piel.
- **Hidrata**rla con agua y una dieta rica en fruta fresca, para contribuir al mantenimiento de la función barrera de la piel.
- **Proteger**la de los radicales libres con alimentos ricos en antioxidantes, naturalmente presentes en fruta y verdura de temporada, para preservar la elasticidad y prevenir la formación de arrugas.
- **Depurar**la desde dentro gracias al consumo de alimentos ricos en fibras y de verduras amargas de hoja verde. +

