

Los enemigos de la dermis

Factores genéticos y medioambientales y realizar una higiene excesiva pueden degradar el escudo natural protector de la piel

Piel seca, escamosa y un escozor intenso, que generalmente afecta a la parte interna de los codos, detrás de las rodillas, las piernas, los brazos y la cara. Puede incluso llegar a cubrir la mayor parte del cuerpo. Son los síntomas del brote de atopía.

Y ¿en qué consiste este mal que aparece normalmente durante el primer año de vida? "Se trata de una enfermedad inflamatoria crónica, repetitiva, que genera mucho picor y que afecta fundamentalmente a los niños pequeños", afirma Santiago Vidal Asensi, jefe de dermatología del Hospital Central de la Defensa y director de la clínica Dermogalénica.

En su origen, existen factores genéticos o medioambientales que conllevan una degradación del escudo protector de la piel, que termina por quebrarse y producir grietas que sirven de entrada a agentes irritantes, alérgenos y bacterias; al mismo tiempo, pierde agua, se deshidrata y reseca. "Además, el sistema inmunitario se altera, lo que activa el proceso de inflamación y allana el camino a las reacciones alérgicas", concluye.

Tipos de dermatitis

Aunque utilizamos el término "dermatitis" para referirnos a varias patologías, no son todas iguales. Por un lado, está la denominada dermatitis atópica estándar (DA), con presencia de anticuerpos alérgenos medioambientales (ácaros del polvo, polen, pelo animal, etc...). "No solo afecta a la piel", advierte Marta Kaufmann, bioquímica y cosmóloga. "También se alteran las vías respiratorias, provocando problemas

como asma, conjuntivitis, rinitis, etc. Y puede presentarse en varios grados, de leve a muy severa", puntualiza.

Por otro lado, continúa la especialista, lo que se denomina eccema atópico (también acuñado como eccema urbano), presenta las mismas lesiones dérmicas y síntomas de picor, "pero sin presencia alguna de anticuerpos, es decir, no hay alergias relacionadas ni ninguna afectación de las vías respiratorias", concluye.

¿Nos pasamos de limpios?

En los países con un bajo nivel de desarrollo, la dermatitis atópica no afecta a más allá del 1% o el 2% de la población infantil; en los más avanzados e industrializados, la incidencia de esta enfermedad alcanza al 20% de los niños. Un dato para reflexionar y que ha llevado a los científicos a formular la teoría de la higiene excesiva, entre otros factores, para intentar explicar este aumento trepidante de pieles atópicas.

Al parecer, nos lavamos demasiado y estamos obsesionados con desinfectar cualquier objeto que rodee a los bebés. Todo lo hervimos, lo esterilizamos, lo limpiamos con fruición... Creyendo que esta burbuja de higiene los protege, lo que hacemos es mermar su sistema inmunológico, quebrando y alterando lo que los especialistas denominan el manto hidrolipídico, ese maravilloso escudo protector natural de la piel que es una mezcla perfecta de secreciones sebáceas, células muertas y microorganismos. Más que villanos son superhéroes que salvan la epidermis de las agresiones medioambientales.

En este sentido, un estudio reciente desaconseja esterilizar el chupete y las tetinas de los bebés cada vez que se ensucian ligeramente. Se ha comprobado que, si se limpian con agua del grifo y se introduce en la boca de los padres sanos (una premisa fundamental) antes de dárselo al niño, hay una menor incidencia de la DA. "Esto se debe, con toda probabilidad, a que con este gesto se transfiere la flora intestinal de los progenitores a la del pequeño. Una gran vacuna contra la dermatitis. En cuanto a la teoría de la higiene excesiva y su relación con la alteración del manto protector epidérmico, continúa, lo que ocurre es que la limpieza exagerada, sobre todo con jabones inadecuados, provoca desequilibrios en el microbioma cutáneo (que son los gérmenes que habitan de forma natural en la piel), que a su vez están condicionados por el adecuado mantenimiento de la estructura de la epidermis", concluye el experto.

Otros factores que inciden directamente sobre este manto guardián son la contaminación ambiental, los choques térmicos –pasar de un ambiente frío a otro cálido en pocos segundos–, el exceso de calefacción o ambientes resacos, los pesticidas utilizados en frutas y verduras para conservarlas o el uso de cosmética inadecuada. "De hecho, comenta el especialista, está demostrado que los niños criados en granjas y ambientes rurales padecen menos atopía que los que viven en las grandes ciudades, lo que apoya la mayor incidencia de este mal en las sociedades desarrolladas".

www.consumer.es

UNA PIEL SENSIBLE NO ES UNA PIEL ATÓPICA

La piel sensible (PS) es un término acuñado hace 50 años, pero que está de plena actualidad. Es una sensación de malestar facial que se puede manifestar como ardor, picor o escozor. No hay que confundirla con la atópica.

Se distinguen tres tipos principales de PS:

- 1. La piel sensible a cosméticos o productos faciales, la más frecuente, afecta a un 25% de mujeres. Las molestias aparecen poco después de aplicarse el cosmético.**
- 2. De un 15% a un 20% de mujeres tienen la llamada piel sensible a factores ambientales, y les molesta el cutis con el viento o los cambios bruscos de temperatura.**
- 3. La piel sensible severa es el grado más extremo de reactividad. La piel reacciona a todo tipo de factores externos, como cosméticos, laborales, medioambientales, como la contaminación, y también a factores internos como cansancio o estrés. La piel puede llegar a entrar en crisis y no tolerar ningún producto, por suave que sea.**

