

LA PIEL

La piel es un órgano viviente, el más grande del cuerpo (pesa entre 1'8 y 2'7 kg), que cambia constantemente, respira y necesita ser cuidado y atendido toda la vida. Es la mediadora entre la parte interna y externa del cuerpo y está constituida por elementos básicos que se tienen que conocer para aprender a tratarla.

La piel está cubierta por una mezcla de sudor y de sebo, que es la película hidro-lipídica que constituye la primera barrera defensiva contra las agresiones externas fricciones exteriores al limitar el desarrollo de las bacterias gracias a su acidez. Esta fina emulsión también mantiene el grado de hidratación cutánea y le otorga a la piel su aspecto aterciopelado. La piel está constituida por tres capas esenciales:

Epidermis

Es la capa superficial, la primera barrera de protección del organismo. Es visible, y por lo tanto es la que sufre mayor irritación y deterioro, sin embargo se regenera constantemente, aunque no te des cuenta, por medio de un proceso llamado: descamación, en el cual, las células muertas y viejas se caen para dar lugar a las células nuevas.

No posee vasos sanguíneos.



Tiene entre sus funciones dos muy importantes: mantener la hidratación

y la protección de la radiación solar, así, la piel trabaja todo el tiempo

para defenderse del exterior. Está constituida por distintas capas de

células perfectamente estratificadas y no contiene vasos sanguíneos.

La capa superficial, la capa córnea, está constituida por células

que contienen queratina y que se eliminan continuamente al exfoliarse. Estas células han pasado por una maduración desde la capa más profunda de la epidermis hasta la más superficial. Va perdiendo su núcleo y volverse planas, formando finalmente capas finas que descaman. Durante esta evolución de la célula va ascendiendo por la epidermis a través de diferentes estratos. Estos son:

- Estrato Basal
- Estrato de Malpighio
- Estrato granuloso
- Estrato Lúcido
- Estrato corneo

El espesor de la capa córnea varía según las distintas partes del cuerpo. La más gruesa es aquella que cubre la palma de las manos y la planta de los pies, debido a los roces y otros tipos de fricciones. En cambio, la piel que cubre las mucosas no contiene queratina y, por lo tanto, no tiene capa córnea.

La capa profunda de la epidermis, que está constituida por células germinativas, asegura la renovación continua de la capa córnea, después de la ascensión y de la maduración celular. Se requieren entre cuatro y

seis semanas para que la epidermis se renueve en su totalidad.

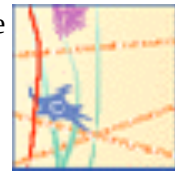
En la parte profunda de la epidermis, se encuentra igualmente otro tipo de células especializadas. Son los melanocitos. De ellas depende el color de la piel, ya que son las células que fabrican la melanina. Este pigmento se encuentra en mayor cantidad en las pieles oscuras que en las pieles claras.

Dermis

Es la capa que se encuentra debajo de la epidermis, tiene un espesor de cuatro milímetros aproximadamente, y es la que da elasticidad y tersura a la piel. Contiene numerosos vasos capilares, sanguíneos y linfáticos que aportan nutrientes, receptores sensitivos, glándulas sebáceas, folículos pilosebáceos y glándulas sudoríparas que trabajan en conjunto.

La dermis es el tejido de sostén de la piel. Sus células especializadas, los fibroblastos, fabrican fibras de colágeno y de elastina. Las fibras de colágeno otorgan la firmeza y la

resistencia de los tejidos al formar una trama densa organizada en haces. Las fibras de



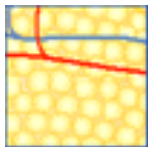
elastina, que son más finas, le dan a la piel su elasticidad. Progresivamente

se vuelven rígidas y desaparecen aproximadamente después de los 45 años.

Estas fibras se encuentran en un gel rico en ácido hialurónico y formado también por mucopolisacáridos y ácido condroitinsulfúrico. Las fibras se presentan en forma de malla. Este ácido interviene en la hidratación de la piel al fijar moléculas de agua. La

dermis contiene igualmente numerosos vasos sanguíneos que nutren

la epidermis profunda y participan de la regulación térmica.



Hipodermis

Es la capa más profunda, conocida también como tejido subcutáneo, que contiene numerosas células de grasa y está cubierta por una densa red de vasos sanguíneos, por lo tanto es la capa adiposa del organismo. Está conectada con los órganos profundos y compuesta por fibras, venas y adipocitos. Protege la piel de agresiones, pero también actúa como reserva de energía. Representa la reserva energética más importante del organismo gracias al almacenamiento y a la liberación de ácidos grasos.

Sus células grasas, los adipocitos, son células voluminosas. El núcleo aplanado de estas células está pegado en la periferia por una gota de lípido. Los adipocitos se distribuyen de manera distinta en la mujer y en el hombre. En las mujeres, los adipocitos predominan en la zona de los glúteos y de los muslos. En los hombres, se encuentran más bien en la zona abdominal. En la hipodermis, se encuentran las glándulas sudoríparas y los folículos pilosos a los que están unidas las glándulas sebáceas.

La piel está conectada al sistema nervioso y a todas las emociones, es un órgano sensorial, por lo que todos los sentimientos y el estado de salud se ven reflejados en ella.

EMULSIÓN EPICUTÁNEA

El tipo de piel viene determinado a partir de la emulsión epicutanea. La emulsión epicutanea es una mezcla de 2 sustancias no solubles entre sí. El ejemplo más común de la emulsión no soluble es la de agua y aceite, por tanto la emulsión se puede dividir en A / O o bien en O / A.

A / O (agua en aceite)	O / A
- agua	+ agua
+ aceite	- aceite
es decir, hay más fase oleosa que acuosa.	es decir, hay más fase acuosa que oleosa

Sobre la piel y entre las células corneas superficiales se extiende una emulsión de consistencia cremosa, es lo que denominamos emulsión epicutanea o también manto hidrolipídico. Se puede decir que es una crema natural, fabricada por nuestra piel para protegerla.

La emulsión epicutanea es una mezcla de sebo y sudor junto con las células corneas descamadas y parte del agua que difunde a través de la epidermis.

En esta emulsión la fase oleosa esta formada por todas las sustancias grasas y en la fase acuosa por las sustancias que tienen en su composición agua.

La emulsión epicutanea tiene la característica de mantener las dos fases unidas, por eso esta emulsión es estable y no se separan.

O / A Piel normal

Piel seca Alópica

Deshidratada

A / O Grasas normales

Grasas deshidratadas o mixta

(*) Una piel grasa siempre necesitará agua aunque se trate de una grasa normal, pero también hay que procurar eliminar grasa.

(*) Para las pieles mixtas se tienen que utilizar cremas reguladoras, porque si utilizamos cremas para pieles grasas la zona T tendrá un buen resultado pero el resto de la piel se resecará.

(*) Otro tipo de piel es la PIEL ASFÍCTICA o ASFIXIADA, suele ser seca, descamada, poros dilatados pero que no sale grasa y presentan miliums que son unos puntos de grasa enquistados.

Los miliums pueden ser de grasa o de agua, las de agua suelen aparecer en pieles hiperhidratadas.

TIPOS DE PIEL

PIEL NORMAL, es una piel con secreciones equilibradas tanto sudoral como sebacea, una piel elástica, flexible y resistente.

PIEL SECA, puede ser que tenga una pérdida de agua o de grasa, tiene un aspecto apergaminado (que a simple vista se ve acartonado), con irritaciones y telangiectasias (dilatación de los vasos capilares). Las arrugas de expresión a menudo están marcadas, es una piel fina, poco elástica y poco suaves.

SECA ALÍPICA, tiene una falta de secreción sebácea y sudoral pero principalmente falta de grasa, de aspecto seco, opaco y reacciona mal a un exceso de sol, aire o productos agresivos.

SECA DESHIDRATADA, tiene una carencia de agua debido a factores internos como la edad y externos como el viento, aire... es una piel sensible, sin brillo, mate y tiene un aspecto marchito.

PIEL GRASA NORMAL, tanto la secreción sudoral como sebácea son abundantes, pero siempre tendrá más grasa. Es una piel brillante, con poros dilatados y comedones. El aspecto es el de la piel de una naranja.

PIEL GRASA DESHIDRATADA, tiene una secreción sebácea abundante con pérdida de agua, se descama con facilidad, es brillante y se irrita muy fácilmente.

PIEL ASFÍCTICA, viene dada por un hiperfuncionamiento de las glándulas sudoríparas, un exceso de queratinización por la aplicación de cosméticos rica en lípidos.

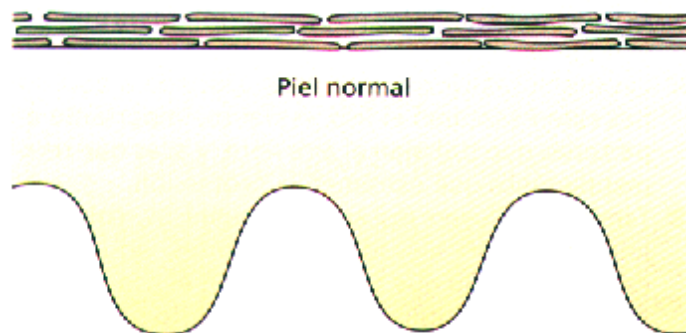
PIEL NORMAL

La piel normal es una piel equilibrada, sus secreciones sudoral y sebácea son normales, por lo que la piel esta protegida. Está hidratada, con aspecto fresco, luminoso, brillo moderado y color uniforme. Los poros son imperceptibles a simple vista. Es elástica, ni demasiado fina ni demasiado gruesa, además de flexible y resistente. Es la típica piel de los niños.

Si la observamos bajo la lupa la textura y el grano o relieve del tejido son muy finos y con poros apenas visibles.

Al tacto la sensación es agradable, suave y tersa. Resistente a los factores climáticos (viento, frío, calor...) porque está protegida ya que la emulsión epicutánea o / A es equilibrada.

CARACTERÍSTICAS	OBSERVACIÓN	OBSERVACIÓN	PROPIEDADES
FISIOLÓGICAS	VISUAL	TÁCTIL	
Secreción sebácea suficiente	Brillo moderado y satinado, mate	Suave, con rugosidad fina aterciopelada	Tolera bien los jabones
Capa cornea bien hidratada	Color uniforme, sin imperfecciones		Reacciona fácilmente al pinzar la piel
Secreción equilibrada	Aspecto fresco, luminoso	Elástica y flexible	Broncea bien
Integridad de la capa cornea	Poros imperceptibles a simple vista		Resiste factores climáticos y no se descama



PIEL SECA (ALÍPICA Y DESHIDRATADA)

Este tipo de piel se presta a la confusión ya que puede ser seca por falta de sebo (alípica) o bien por pérdida de agua (deshidratada). Estos dos casos existen en personas de piel fina.

A simple vista, da la sensación de ser tersa y estirada. Tiene el aspecto y el brillo del pergamino, en algunas personas se puede ver irritaciones y telangiectasias (fragilidad capilar) localizadas, a veces, en mejillas, aleta de la nariz e incluso en maxilares.

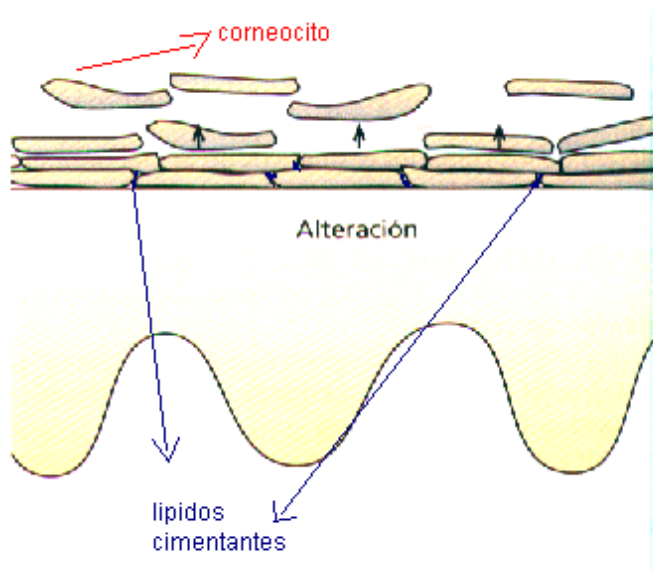
Las arrugas de expresión a menudo están acentuadas.

Bajo la lupa parece una superficie que se agrieta y en la que se ven pequeños eczemas, no presenta dilatación folicular.

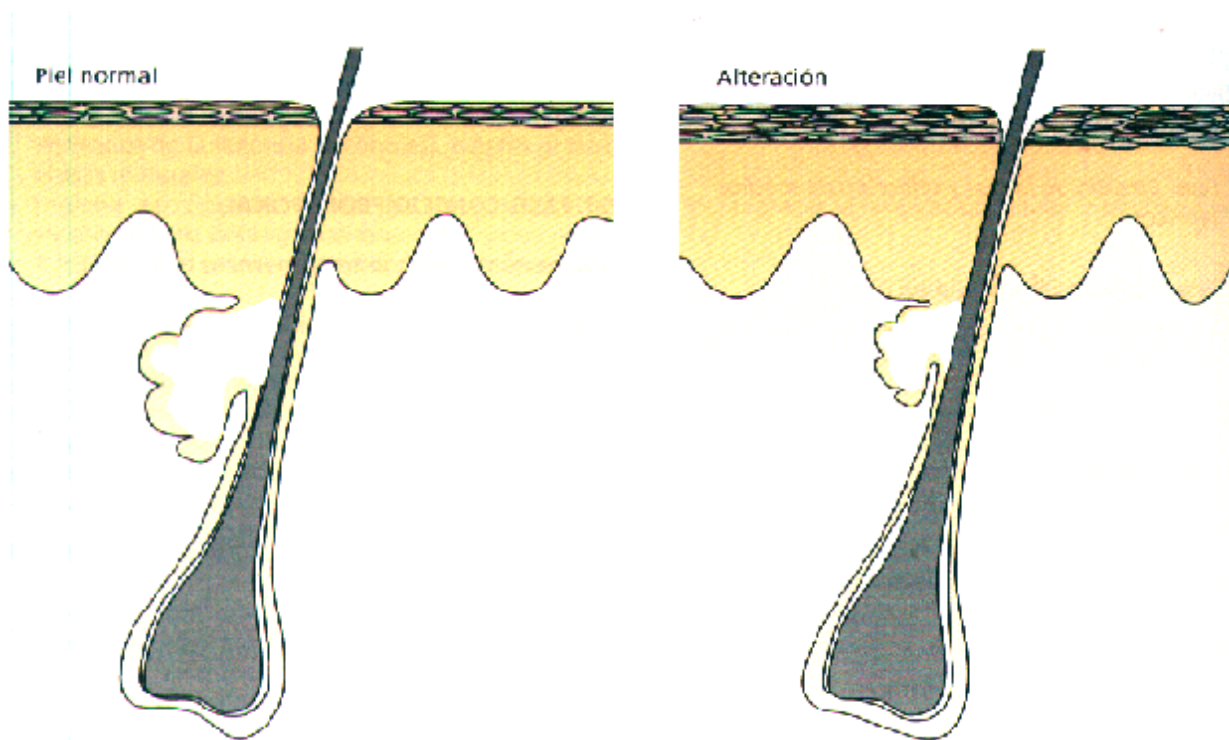
Al tacto la sensación de untuosidad normal, poco elástica, falta de suavidad, es una piel muy fina.

La piel seca se irrita con facilidad, también es muy delicada y se afecta fácilmente con cambios en el medio ambiente.

CARACTERÍSTICAS	OBSERVACIÓN	OBSERVACIÓN	PROPIEDADES
FISIOLÓGICAS	VISUAL	TÁCTIL	
Secreción sebácea insuficiente, deshidratación	Aspecto mate y marchito	Áspera al tacto	Falta de protección
	Tendencia a la descamación	Al tacto es una piel fina	No soporta clima brusco
Frecuente en mujeres	Poros imperceptibles		No tolera los jabones
Causas externas e internas	Descamación por zonas		Broncea enrojeciéndose o no broncea
	Aparición de arrugas		Tendencia a irritaciones



Los corneocitos más profundos están unidos por los lípidos cementantes, los más superficiales que no se encuentran unidos son los que se descaman. En pieles secas habrá mas capas sin estos lípidos y por eso hay mas descamación, toda crema hidratante tiene que tener una cantidad de lípidos o grasa y así al penetrar el agua (liposomas) no se evapora con tanta facilidad.

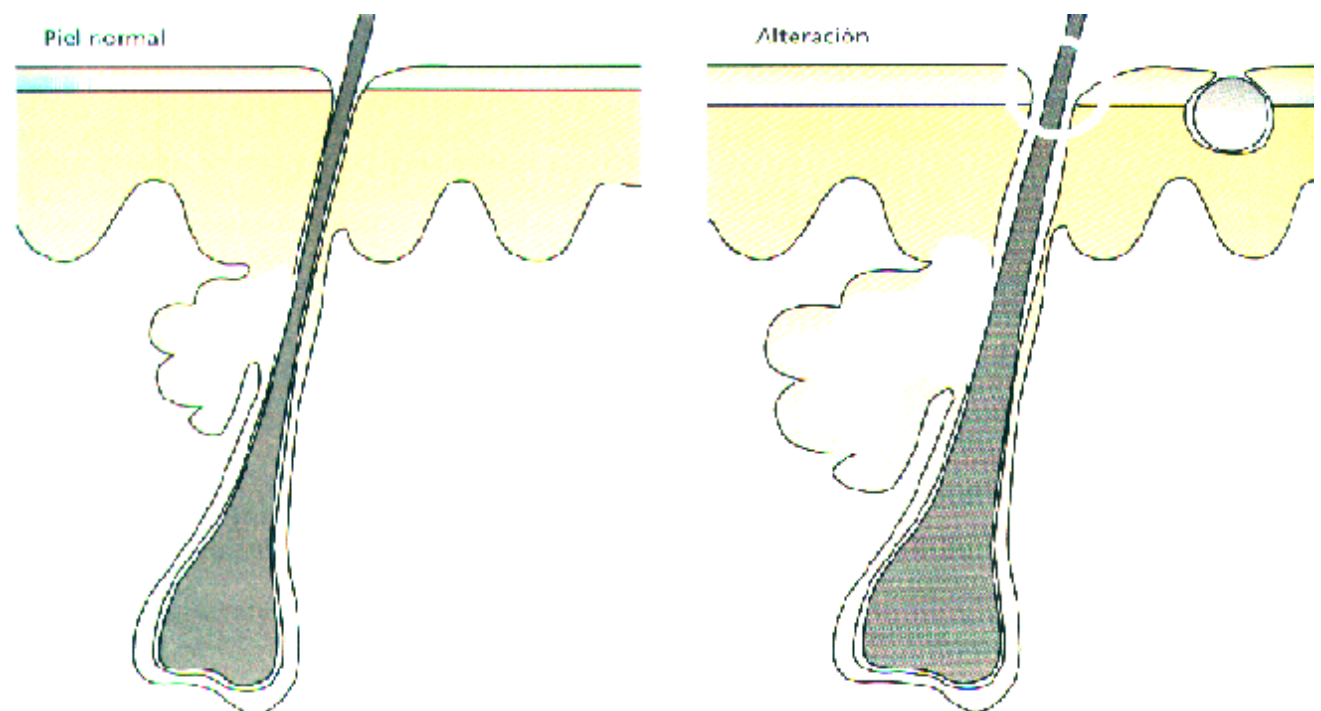


La piel seca alípica. La capa córnea es mas gruesa y compacta y la secreción sebácea es menor ya que su glándula es más pequeña, por eso hay una falta de grasa o lípidos.

PIEL GRASA

La piel grasa posee una emulsión tipo A / O, debido a que las secreciones sebáceas y sudoral son abundantes. Son pieles muy protegidas y resistentes. Acumula mucha suciedad del ambiente, hasta adquirir en ciertos casos un color grisáceo. Así mismo, se obstruyen los poros y aparecen los barbs con tendencia a infectarse. Se caracteriza por el brillo en la piel, la presencia constante de puntos negros y los poros dilatados.

CARACTERÍSTICAS	OBSERVACIÓN	OBSERVACIÓN	PROPIEDADES
FISIOLÓGICAS	VISUAL	TÁCTIL	
Secreción sebácea excesiva	Brillo graso y aspecto oleoso	Al tacto tiene un aspecto granuloso, áspero	Capacidad defensiva y de recuperación
Frecuente entre los 15 y 30 años tanto en mujeres como en hombres	Hiperqueratosis difusa (piel gruesa)	Al palpar se percibe un pliegue cutáneo grueso	Broncea bien
Se suele acompañar de querosis	Poro perceptible y luminoso, puntos negros	Piel untuosa	Envejece tarde
En ocasiones exceso sudoral	No suele presentar rojeces ni descamaciones		Resiste factores climáticos y el jabón



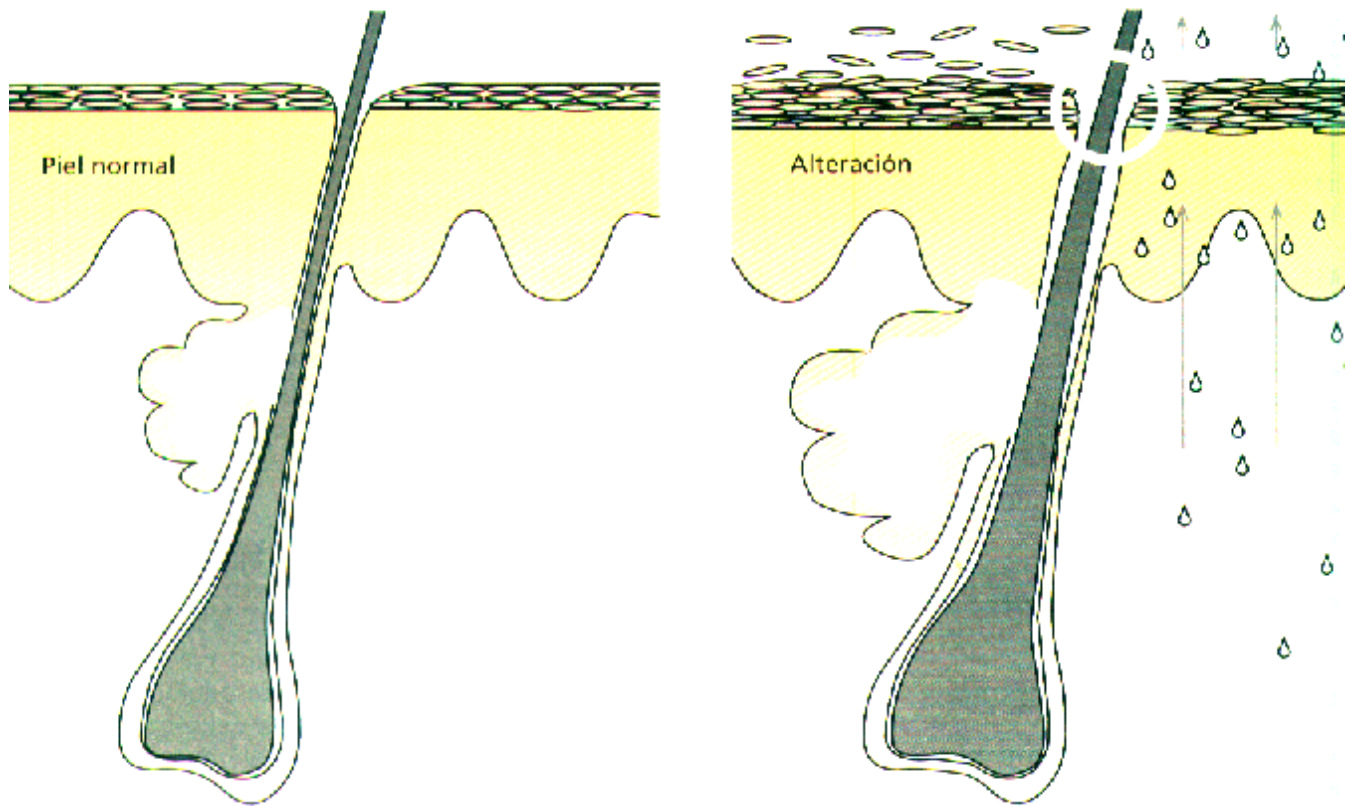
La piel grasa. La glándula sebácea hipertrofiada, el poro del folículo más dilatado, presenta comedones formados por folículos pequeños y atrofiados (sin pelos) que están solo en la epidermis.

PILE GRASA DESHIDRATADA

La piel grasa deshidratada tiene una emulsión epicutánea o *película hidrolipídica* que suele tener una fase externa oleosa A / O, aunque se suele formar de manera defectuosa, debido a un cambio en la composición cualitativa del sebo y por eso se pierde más agua.

Las propiedades de este tipo de piel se deben a que el sebo sufre una alteración en su composición por disminución de los *lípidos hidrófilos* que retienen el agua, con lo cual el agua sudoral lo rechaza y la emulsión no se forma o lo hace incorrectamente. Es una piel poco protegida y con un pH alcalino.

CARACTERÍSTICAS	OBSERVACIÓN	OBSERVACIÓN	PROPIEDADES
FISIOLÓGICAS	VISUAL	TÁCTIL	
Secreción sebácea excesiva	Aspecto brillante marchito	Áspera al tacto con fina descamación	Poco poder defensivo
Disminución de los lípidos hidrófilos	Poros perceptibles	Al palpar se perciben arruguillas	No tolera los jabones ni algunos cosméticos
Poca protección de la película hidrolipídica	Algunas zonas de <i>dermatitis seborreica</i>	Gruesa en zonas de hipertrofia difusa de la capa córnea perifolicular	Descama con facilidad
Sensible y más gruesa en la parte central, dónde hay más glándulas	Tendencia a enrojecer e irritarse		Resiste al sol pero enrojece, broncea mal (cloasma)
			Le afectan los cambios climáticos
			No tolera los productos oclusivos

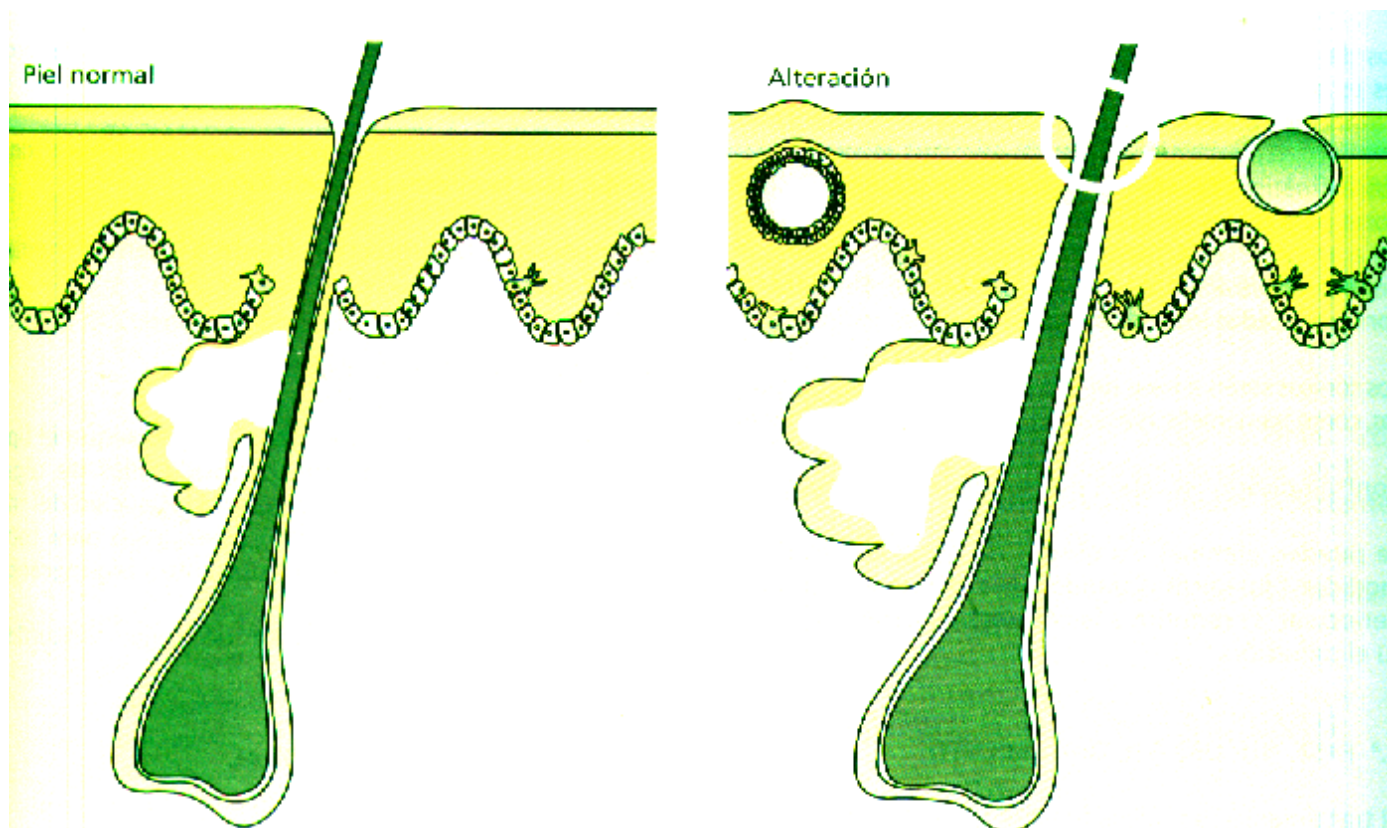


La piel grasa deshidratada. Tiene las glándulas sebáceas hipertróficas, folículo dilatado, capa cornea gruesa y descamativa y se pierde agua transepidermicamente (gota hacia fuera).

PILA GRASA ASFÍCTICA U OCLUIDA

Su emulsión hidrolipídica no está bien definida. La secreción sebácea está modificada, se vuelve dura y no sale al exterior, de ahí que presente tendencia *acneica*, a veces las pieles ocluidas no se relacionan con la secreción sebacea aumentada, sino normal. La piel se irrita y se descama.

CARACTERÍSTICAS	OBSERVACIÓN	OBSERVACIÓN	PROPIEDADES
FISIOLÓGICAS	VISUAL	TÁCTIL	
Aumento de secreción sebácea que queda retenida	Brillo graso en las zonas seboreicas	Piel algo gruesa por hipertrofia difusa	No tolera el jabón ni algunos cosméticos
Formación de comedones sobretodo en los laterales	Poros perceptibles en las zonas grasas	Tacto acartonado	Se irrita con productos astringentes
Poca protección de la película hidrolipídica con deshidratación en las zonas donde no se forma la emulsión	Aspecto mate y marchito en mejillas, sensible	Áspero y duro	Pigmenta mal, le salen manchas, rojeces...
Aspecto pálido con quistes y comedones, también miliums	En las zonas no seboreicas poros cerrados		Carece de capacidad defensiva



Piel ocluida. La capa córnea es más gruesa. Mayor numero de melanocitos, quistes o comedones en epidermis y poro o folículo más dilatado.

PIEL DESVITALIZADA

Es la piel típica de la mujer de mas de 35 años. Presenta una piel madura, envejecida, suele ser fina, presenta nevos, flacidez, manchas pigmentarias... Las glándulas sudoríparas y sebáceas secretan menos grasa y sudor, aunque se vea poros dilatados no tiene porque ser grasa en este caso solo indica que en su pasado ha tenido piel grasa. Se vuelve mas seca, se producen alteraciones, aparecen alteraciones en la circulación sanguínea, verrugas,...

Características

- acentuación exagerada de arrugas y flacidez debido a trastornos metabólicos o adelgazamientos rápidos y sin cuidados, o también por la edad
- falta de tono, color opaco y envejecida, muy deshidratada, marchita y distendida
- con la edad los tejidos se van aflojando, atrofiándose ciertos músculos y causando flacidez
- la deshidratación acompaña a la senescencia
- aparecen manchas seniles
- el tejido conjuntivo se endurece y la piel pierde elasticidad, apareciendo también las arrugas

