# HIPERPIGMENTACIÓN

M. PAZ PÉREZ PELLÚS

## ¿QUÉ ES?

Las hiperpigmentaciones se producen por una sobreproducción de melanina, pigmento que da color a nuestra piel, que puede ser debida a la exposición al sol, las alteraciones hormonales, la edad, factores genéticos o la presencia de alguna lesión o inflamación cutánea. Suelen aparecer en zonas que están expuestas a la radiación solar como cara, escote y manos y normalmente son de pequeño tamaño.

## ¿POR QUÉ OCURRE?

Puede ocurrir que los melanocitos sinteticen más melanina de la habitual, o que haya un aumento en la proliferación de los mismos. El resultado es siempre un exceso de melanina que se manifiesta en nuestra piel con la aparición de una mancha, que puede variar en tamaño y forma.

Se encuentran diversos tipos, dentro de las más habituales se encuentran:

- ***Manchas pigmentarias causadas por la exposición solar:*** Por este motivo suelen aparecer en zonas frecuentemente expuestas. También entran en este grupo las manchas seniles.
- ***Melasma o cloasma:*** Son las hiperpigmentaciones típicas que aparecen en el embarazo y que afectan a un 90% de las mujeres en esta etapa de su vida. Son consecuencia de los cambios hormonales, y suelen producirse mayoritariamente en el rostro.
- ***Hiperpigmentación postinflamatoria:*** Aparecen tras la curación de lesiones o heridas. Es muy habitual que aparezcan en personas con acné, o tras realizar algún tratamiento cosmético y no seguir las pautas marcadas (p.e. exfoliación química).

## ¿CÓMO PODEMOS TRATAR?

Podemos recurrir a las exfoliaciones químicas o a los tratamientos láser para atenuarlas. Es difícil hacer desaparecer de todo una mancha ya que suele afectar a capas profundas de la piel. Podemos incluir en nuestra rutina activos exfoliantes que nos ayuden a acelerar la renovación celular como el Retinol y los AHA, o que intervengan en el proceso de la melanogénesis como el ácido kójico o el azelaico. Es conveniente consultar a un profesional sanitario antes de utilizarlos por primera vez, ya que requieren de unas pautas determinadas para evitar problemas indeseados. (Utilizar de forma gradual, de noche y aplicar protección solar al día siguiente).

## ¿QUÉ FACTORES LA EMPEORAN?

El **Sol** y los **cambios hormonales** suelen ser los responsables de las variaciones en la pigmentación de la piel. También la toma de algunos **fármacos fotosensibilizantes** puede producir la aparición de manchas cutáneas si no se toman las medidas de protección adecuadas. (p.e, los anticonceptivos orales, ibuprofeno, omeprazol, corticoides). Puedes encontrar un listado completo de medicamentos fotosensibles ***aquí***.

### *¿Cómo se puede prevenir?*

El único método para prevenirlas es utilizar protección solar de forma continua, todos los días del año. Aunque las radiaciones sean más débiles en invierno, debemos protegernos al menos, las zonas más expuestas a la radiación antes de salir de casa.

## VENTAS CRUZADAS

| PRODUCTO SOLICITADO | VENTA CRUZADA | EXPLICACIÓN |
|---|---|---|
| Crema antimanchas | Protector solar | Si nuestra piel tiende a la formación de manchas, necesitamos protegerla del Sol adecuadamente para evitar su formación. |
| Maquillaje cubriente para esconder hiperpigmentaciones | Stick especial para tratar las manchas, con color | A la vez que escondemos la mancha, estamos tratándola |
| Protector solar en stick para aplicar en manchas concretas | Mascarillas antimanchas | Para aplicar de noche y aumentando gradualmente el tiempo de aplicación, nos ayudará a eliminar manchas puntuales |
| Producto de noche antimanchas | Solución con efecto peeling para aplicar antes del tratamiento | Nos ayudará a potenciar la renovación celular y a disminuir la intensidad de la mancha |