



CUPEROSIS

¿QUÉ ES?

La cuperosis es la dilatación de los vasos capilares que irrigan la piel, normalmente en forma de ramificaciones o en tela de araña. Está relacionado con problemas de microcirculación, y aparece en diferentes zonas de la cara: mejilla, nariz y cuello.

El aspecto de “mancha rojiza difuminada” se hace más latente cuando hay factores externos que empeoran la microcirculación: bebidas alcohólicas, calor, picantes, café, alcohol, tabaco, sol, stress, nervios,...

Suele ser más frecuente en mujeres con piel clara y sensible y suele tratarse de una condición hereditaria. También es frecuente en mujeres de mayor edad, con piel más fina y frágil. La piel más oscura no suele tener este tipo de problema, más estético que fisiológico.

¿POR QUÉ OCURRE?

Las paredes de los capilares expanden pero no vuelven a su tamaño habitual debido a que éstos tienen un problema de elasticidad. Es así como los capilares se hacen visibles y le dan ese aspecto rojizo o “mancha roja difuminada”.

¿TIENE QUE VER CON LA ROSÁCEA?

El aspecto de algunos síntomas puede ser parecido (rojez) pero en la cuperosis no es transitoria y no suele haber incremento de temperatura en la zona afectada y la piel no presenta alteraciones en el tejido ni bioquímicas.

¿TIENE CURA?

La cuperosis puede mejorar con ciertos productos cosméticos, no solo que “camuflen” el aspecto de la piel, sino que mejoren la elasticidad de la piel.

¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR?

- Toma de antioxidantes vía oral.
- Toma de productos que mejoren la microcirculación.
- Evitar factores desencadenantes (exposición solar, cambios bruscos de temperatura, dieta).
- Utilizar fotoprotectores adecuados.
- En este caso, sería recomendable un protector solar facial en gel crema oil free, de absorción rápida.

¿QUÉ FACTORES LA EMPEORAN?

Sol: los rayos UV afectan a la elasticidad de las paredes de los vasos capilares y también de la piel.

Cambios bruscos de temperatura: frío y calor, hace que los capilares, que ya padecen problemas de elasticidad, se vean más afectados, no pueden contraerse y expandirse con la misma capacidad. A la larga estos cambios bruscos hacen que el daño de los capilares sea irreparable y se acentúe más la cuperosis.

Dieta **picante** y/o **alcohol**.

Tabaco: su efecto negativo se debe a la falta de oxígeno en los capilares y también a su efecto negativo sobre la Vitamina C. Un fumador, debería tomar siempre un suplemento en vitaminas antioxidantes o una suplementación de vitamina C para evitar que la elasticidad de los vasos capilares se vea afectada.

¿CÓMO CUIDAR LA CUPEROSIS?

Es importante establecer unas pautas:

Higiene: lavado con mousse o jabón suave (si tienes la piel grasa) o leche desmaquillante en pieles secas y sensibles.

Por la mañana: cuidado de belleza habitual, que puede ser sérum/ampollas y crema de tratamiento hidratante con algún regenerador + protector solar + maquillaje para disimular rojezes.

Por la noche: desmaquillar, aplicar sérum y crema de tratamiento habitual.

Incorporar un antioxidante adecuado junto a productos que mejoren la circulación, normalmente de tipo natural, puede ser una ayuda extra para la piel.