

# Estética masculina

*El auge de los cuidados dermofarmacéuticos*



Cambio, innovación y evolución son consecuencias incuestionables del gran avance que en todos los contextos está experimentando nuestra sociedad. Conceptos como técnica, investigación, medicina, costumbres y estética están expuestos al cambio y son casi siempre los motores del avance diario de la sociedad actual. La estética, en su sentido más amplio, es el ámbito más visible y también el más frívolo, y hasta no hace demasiado tiempo ha estado vinculado casi en su totalidad al sexo femenino. Esta concepción ha cambiado radicalmente, puesto que el varón de los países desarrollados se ha convertido en protagonista de su cuidado personal y del aspecto que transmite a la sociedad.

RAMON BONET  
DOCTOR EN FARMACIA.

**S**i hacemos un poco de historia, se puede generalizar sin temor a equivocarnos que durante el último siglo y los primeros años del presente la evolución que los cuidados masculinos han experimentado una espectacular transformación. Desde la higiene básica de aseo de la piel y el afeitado hasta los sofisticados tratamientos que caracterizan a los llamados «metrosexuales», denominación que incluso ya está siendo desplazada por una amplia variedad de nuevos conceptos: «sobresexuales», «supersexuales», «tecnosexuales», etc.



Hasta mediados del siglo XX, la imagen masculina no era otra que la de un hombre corpulento, fuerte, invulnerable y protector. Su cuidado personal se basaba en un reducido grupo de cosméticos, cuyo único fin era la limpieza corporal y la práctica del afeitado. Jabones, colonias y «masajes para después del afeitado» eran básicamente todos los preparados que disponía para su aseo. Sin embargo, estos preparados, en gran medida por sus formulaciones y por su alto contenido alcohólico, ayudaban poco a mantener una piel nutrida e hidratada, preparada para afrontar con éxito el paso de los años.

Durante la década de los setenta, tanto varones como mujeres experimentaron un cambio notable; empezaron a manifestarse nuevos comportamientos sociales, el papel de la mujer en la sociedad adquirió cierta relevancia y la preocupación por la estética en el hombre empezó a tomar forma, aunque inicialmente de una forma muy tímida. Para empezar, se centraron en tomar conciencia de que ciertas problemáticas, como el acné o la calvicie, pueden tratarse y corregirse, al menos parcialmente.

Pero no es hasta los años noventa cuando realmente se desarrolla una importante transformación en el concepto estético masculino. Se inician las primeras verdaderas líneas cosméticas masculinas, el hombre empieza a ser consciente de que su cuidado personal es importante y ello va a condicionar inexorablemente su comportamiento, así como la percepción que la sociedad va a tener de él. Los medios de comunicación desempeñan un papel decisivo en este entorno, ya que ponen de manifiesto que los cuidados masculinos no deben limitarse al aseo, afeitado, corrección de imperfecciones o cuidado facial, sino que deben extenderse al cuidado corporal, control de peso, bronceado, manicura, peluquería, etc.

Con el inicio del siglo XXI aparece un nuevo y revolucionario concepto de hombre, la libertad de expresión hace que facetas del sexo masculino hasta ahora desconocidas o al menos poco difundidas irrumpen con fuerza en las sociedades actuales. Las distintas tendencias sexuales, el culto al cuerpo, nuevas prácticas estéticas (*piercing*, tatuajes, cosmética decorativa, maquillajes, rastas, etc.) se muestran como prácticas habituales en muchos sectores.

Actualmente, la tan empleada denominación «metrosexual», acuñada por el escritor británico Mark Simpson, describe a un hombre especialmente preocupado por el cuidado de su imagen, la estética y la sensibilidad. Esta tendencia ha tenido una gran aceptación por parte de importantes firmas cosméticas, que han impuesto el cuidado personal del hombre y han ideado productos específicamente diseñados para el público masculino. Nuevas líneas y artículos, hasta ahora sólo reservados para la potenciación de la belleza femenina, tienen ahora un lugar en el mercado

cosmético dedicado al cuidado del hombre de cualquier edad.

Igual que la mujer, el hombre ya no busca actualmente la corrección de imperfecciones o el remedio paliativo frente a disfunciones orgánicas que se traducen en manifestaciones que afean o alteran la imagen, busca ante todo productos destinados a retrasar el efecto del paso del tiempo y que proporcionen bienestar al usuario.

La industria cosmética ha sabido hacerse un espacio en este mundo; así, las clásicas lociones alcohólicas para después del afeitado (*after-shave*), causantes de un elevado índice de irritabilidad, han evolucionado hacia fórmulas de bajo o nulo contenido alcohólico, de distintas texturas y aromas, que incorporan agentes hidratantes y nutritivos. Desde geles hidratantes, reductores, protectores solares, lociones capilares, desodorantes, cremas para el contorno de los ojos hasta maquillajes, antiojeras, brillos labiales, lápiz de ojos o productos para manicura pueden hallarse actualmente en perfumerías, centros de estética y secciones de dermofarmacia de oficinas de farmacia.

#### CONSEJOS DESDE LA FARMACIA

### Especificidad, higiene y constancia

- En primer lugar, concienciar a la sociedad, tanto a varones como a mujeres, de que las características y necesidades de la piel de los primeros son distintas y, por tanto, requieren, en la gran mayoría de los casos, cuidados específicos.
- La importancia que los factores hormonales desempeñan en determinados estados de la piel y del cabello llevará a que, en determinados casos, el farmacéutico deba remitir al paciente al dermatólogo, por considerar que éste es el profesional más adecuado para establecer un tratamiento.
- Incidir en la importancia de la higiene facial, corporal y capilar para mantener sanos y en buen estado las estructuras epiteliales y capilares. Es, además, un requerimiento básico previo para la aplicación con éxito de cualquier tratamiento de belleza adicional.
- El empleo de productos destinados a cada tipo de piel es esencial para conseguir mantener el equilibrio y la belleza del cutis tratado.
- La constancia en tratamientos capilares anticaída y anticaspas es un punto esencial para conseguir resultados exitosos del tratamiento. ■



## Base científica

Si dejamos al margen las consideraciones estéticas, es evidente que las características anatomofisiológicas de la piel del hombre son distintas de las de la mujer y, por tanto, requieren un cuidado diferente que justifica el desarrollo de productos especialmente formulados para la población masculina. El desarrollo científico y el afán por conocer más y mejor el cuerpo humano, sus mecanismos de acción y los cambios que continuamente experimenta han llevado a que desde distintas facetas se estudie qué necesidades requiere el órgano más grande del cuerpo: la piel, así como los anejos cutáneos.

Las características más relevantes de la piel masculina, si se toma como elemento comparador la piel femenina, son:

- La piel varonil contiene mayor cantidad de elastina y colágeno. El hecho de que esta última proteína se sintetice en mayor cantidad y su porcentaje de acumulación en la epidermis sea más elevado da lugar a que la piel del hombre sea un 15-25% más gruesa que la piel femenina.
- Las primeras arrugas en el hombre empiezan a hacerse patentes a los 40-45 años, y es a partir de los 50 cuando los surcos debidos a la edad cobran mayor importancia, pues ganan profundidad y brusquedad. En la mujer, este proceso se inicia a una edad más temprana, pero, en contraposición, su evolución es algo más lenta.
- Las glándulas sebáceas en la piel masculina son más abundantes, de mayor tamaño y más activas que las que caracterizan a la piel femenina. La estimulación androgénica ejerce un importante papel en ello, por lo que da respuesta a la mayor incidencia y gravedad en el acné juvenil en varones, la mayor cantidad de grasa, brillos y comedones en el hombre adulto y la típica y acusada sequedad cutánea que caracteriza a las mujeres posmenopáusicas.
- La aparición de la barba y bigote, el vello en pecho, brazos, piernas e incluso espalda es una característica diferencial del sexo masculino, condicionada por el código genético. Su desarrollo se inicia en la pubertad, y es hacia los 15-16 años cuando los jóvenes púberes comienzan a afeitarse, práctica que llevará a lo largo de la vida del hombre a la continua agresión de estas zonas. Microtraumas y lesiones propias del afeitado diario acompañarán los hábitos higiénicos masculinos, por lo que, en gran medida, se convierten en los causantes de que la piel facial masculina presente un estado más castigado.

Estas diferencias no son las únicas que marcan la pauta de los cuidados masculinos básicos que hay que seguir, ya que, por ejemplo, el patrón de calvicie, la distribución de los depósitos adiposos, los cánones estéticos asociados al hombre, etc. son característicos y, consecuentemente, serán los responsables de la existencia de líneas de productos y cuidados estéticos especialmente dedicados al hombre.



## Productos dermofarmacéuticos masculinos

Las líneas de productos destinadas al cuidado del hombre han evolucionado enormemente en los últimos años. Así, la opinión aceptada y generalizada de que el sexo masculino prefería usar un reducido número de productos, de consistencia ligera, de baja untuosidad, fácilmente absorbibles, frescos y poco perfumados va siendo desterrada como consecuencia de la aparición de la más variada gama de artículos de belleza, de todo tipo y características.

### Cosméticos de higiene

La práctica básica de higiene diaria es la ducha, cuya principal misión es eliminar la suciedad depositada tanto sobre la piel como sobre el

cabello, ya sea por detergencia o emulsificación. Tras la ducha, y con una cierta periodicidad, la realización de una exfoliación o *peeling* ayuda a conseguir un tacto más suave en la zona tratada, puesto que mecánicamente se ha procedido a la eliminación de células muertas que retrasan el proceso natural de renovación celular. Este tipo de preparados no requieren en sí mismos una especial formulación para ofrecerse al hombre, puesto que prácticamente su único carácter diferenciador, cuando existe, es la fragancia que lo caracteriza. Un punto innovador en el sector es la introducción de preparados polivalentes (ya había, pero sólo orientados a la mujer), que asocian al efector limpiador propiedades hidratantes, tonifi-

cantes, descongestivas, purificantes, etc. Aceites esenciales, extractos de plantas y algas, proteínas de origen vegetal y animal, insaponificables vegetales, vitaminas, minerales, etc. son algunos de los ingredientes cosméticos que cada vez se hallan presentes con mayor frecuencia en los productos básicos de higiene.

Los desodorantes, en cualquiera de sus presentaciones, son elementos indispensables para controlar el olor corporal. Las nuevas formulaciones tienden a ser más respetuosas con el manto hidrolipídico de la piel, lo que ha llevado a disminuir notablemente e incluso a prescindir del etanol en estos preparados. El alcohol es uno de los causantes de la importante resecaión e irritación que presenta la



piel de las axilas, razón por la que las siliconas volátiles se han convertido en una buena alternativa para paliar este problema, aunque, en contraposición, la agradable sensación de frescor que proporcionan los preparados alcohólicos haya disminuido.

### Cosméticos para el afeitado

**Son por excelencia los productos de higiene y belleza que caracterizan la cosmética masculina en los países industrializados.** Los requerimientos que se solicitan a este tipo de productos son cada vez más exigentes, pues ya han quedado totalmente desterrados de los cuartos de baño los jabones que antaño tanto se utilizaron para ablandar la barba. Actualmente, en un alto porcentaje de casos, la práctica del afeitado suele realizarse a primera hora de la mañana. Para ello y en función de las características de cada piel y las preferencias personales se utilizan distintos accesorios (cuchillas o maquinilla eléctrica) y productos (*pre-shave* para el afeitado y *after-shave* para después).

#### Productos pre-shave

Su principal función consiste en la preparación de la piel para el rasurado con cuchilla y la facilitación del desplazamiento del elemento cortante sobre la piel, de forma que los cortes y microtraumatismos disminuyan en la medida de lo posible. Sus presentaciones más habituales son lociones, geles o cremas, que incluyen como ingredientes activos agentes reblandecedores del pelo, humectantes, modificadores del pH, siliconas fluidas, aceites y lubricantes. Para conseguir su máxima efectividad, la aplicación debe realizarse horas previas al afeitado (normalmente el día previo, antes de acostarse) mediante un suave masaje sobre la zona que hay que tratar. Es importante tener en cuenta que este tipo de formulaciones, debido a su composición, deben utilizarse con ciertas reservas en varones con pieles grasas o tendencia a presentar acné. En contraposición, si la preferencia del hombre en el afeitado diario es el empleo de máquinas eléctricas, los

cosméticos que hay que utilizar para preparar este ritual deberán responder a criterios muy distintos: el vello de la barba deberá estar lo más seco y erecto posible, para facilitar que éste penetre de forma efectiva en los cabellos y se realice el rasurado de forma fácil y efectiva.

#### Productos para el afeitado

Básicamente incluyen espumas, jabones, cremas y geles en distintas presentaciones (aerosoles, barras, tubos) indispensables para el afeitado con cuchilla. Las cremas frías (la sensación de frescor es consecuencia de la combinación de un agente reductor y otro oxidante, presentes en la composición de la crema en el momento de la aplicación) y los geles autoformadores de espuma (incorporan hidrocarburos volátiles solubles, que en el momento de la aplicación se evaporan transformando *in situ* el gel en una suave espuma) han sido muy bien acogidos, especialmente por el público más joven, que no suele incluir dentro de sus hábitos el empleo de brochas de afeitado. De cualquier modo, las propiedades comunes a toda formulación espumosa o jabonosa destinada a facilitar el afeitado son: adecuada detergencia, buena adherencia al pelo, creación de abundante espuma, emoliencia, lubricación y no ser irritante ni sensibilizante.

#### Productos after-shave

La composición de este tipo de preparados es independiente del método de rasurado que se utilice. Como ya se ha comentado previamente, el empleo de alcohol como componente mayoritario y característico de este tipo de cosméticos se ha visto relegado por el desarrollo de una amplia gama de cosméticos (cremas, lociones, geles, bálsamos) no grasos y de fácil absorción que incorporan agentes calmantes, regeneradores, antiirritantes, antisépticos, refrescantes, astringentes y suavizantes (regaliz, alfabisabolol, caléndula, hamamelis, tocoferol, alantoína, vitamina PP, H, B<sub>5</sub> y E, aloe vera, avena, derivados de proteínas, etc.).

### Productos capilares

**Los preparados capilares de mayor difusión son los champúes, formulaciones detergentes destinadas a mantener tanto el cuero cabelludo como el cabello limpio y en perfecto estado.** Esta función básica en un importante número de casos deberá complementarse con la inclusión de activos específicos para tratar problemas de caspa, seborrea o alopecia. Concretamente, los preparados anticaspa tienden a paliar el antiestético efecto de la descamación que caracteriza este problema, así como a disminuir el prurito que en estos casos presenta el cuero cabelludo. La acción del champú puede complementarse con la aplicación de lociones o mascarillas que incorporen activos anticaspa diferentes a los presentes en el champú, ya que de esta forma actuarán sinérgicamente frente al problema capilar. Piritiona de cinc, piroctonolamina, ácido salicílico, derivados azufrados, etc. son algunos de los ingredientes activos más frecuentemente incluidos en este tipo de formulaciones.

Con un carácter predominantemente masculino, se presentan los preparados antialopecia, ya que este fenómeno se presenta indudablemente con una mayor prevalencia en el hombre. Una de las claves del éxito de estos preparados es la concienciación del individuo de la constancia que debe prestarse a la aplicación de la formulación, así como la importancia del masaje que debe acompañar a la aplicación, de forma que el riego sanguíneo en la zona tratada se incremente. Minoxidil, aminoácidos azufrados, tretinoína, oligoelementos, factores vitamínicos, extractos vegetales, principios activos antiandrogénicos o agentes rubefacientes son algunos de los componentes más usuales, cuya inclusión persigue la prolongación de la fase anágena y la estimulación del crecimiento del cabello.

Con un carácter exclusivamente estético pueden citarse: productos destinados a proporcionar una coloración pro-

gresiva al cabello que con el paso de los años se puebla de canas, gominas y brillantinas, fijadores, ceras moldeadoras o voluminizadores, cosméticos destinados a proporcionar una imagen determinada en función de la moda del momento.

### Productos de tratamiento

Una de las principales preocupaciones del hombre actual relacionada con el mundo de la estética es la búsqueda de remedios y preparaciones paliativas de las agresiones del medio y del paso del tiempo.

Productos hidratantes, nutritivos, antiedad y contorno de ojos son algunos de los cosméticos que se están convirtiendo en «colaboradores habituales» de la belleza masculina. Son numerosos los activos cosméticos que se pueden incluir, así como los excipientes que dotan al preparado de propiedades organolépticas bien toleradas. Otros productos más innovadores y de uso todavía no generalizado están empezando a emerger con fuerza: formulaciones reafirmantes, *peelings* faciales y corporales son algunos ejemplos.

### Cosméticos decorativos

Las tendencias masculinas más revolucionarias y más atrevidas están abriendo líneas de productos destinadas exclusivamente a embellecer al sexo masculino. Se diseñan, por consiguiente, productos cuyo principal objetivo es fortalecer y acentuar los rasgos de cada hombre. Lápices de ojos, barras antiojeras, brillos labiales y polvos compactos bronceadores son algunas de las propuestas que tímidamente se introducen en el mercado cosmético destinado al hombre. Sus características básicas y composición no difieren significativamente de la cosmética decorativa destinada a las mujeres, aunque sí introducen algún elemento diferenciador, cuyo fin es posicionar el producto hacia un nuevo público, el masculino.

### Colonias y perfumes

Son indiscutiblemente productos básicos en el cuidado personal y utilizados tradicionalmente por el hombre. Las fragancias empleadas responden en gran medida a la moda y tendencias del momento, por lo que actualmente se utilizan como reclamo en la introducción de nuevos productos cosméticos: desodorantes, cremas faciales y corporales, lociones *after-shave*, etc. Este tipo de artículos se promociona muchas veces como extensión de línea de un perfume o colonia, por lo que es frecuente encontrar envases de estos productos asociados al artículo principal: la colonia. Las distintas fragancias se asocian a la imagen del consumidor, así que son elementos que las firmas cosméticas cuidan muy bien y a los que dedican importantes recursos. ■



**Acabas de enviar un equipo quirúrgico a un país en guerra.**

**Haciéndote socio de Médicos Sin Fronteras haces esto y mucho más. 6 euros al mes durante todo el año hacen**

posible que la asistencia médica y humanitaria llegue a las personas que más la necesitan, sean quienes sean y estén donde estén, de forma independiente de instituciones políticas o económicas. **Por eso, tu compromiso garantiza nuestra ayuda.**

Llama ahora al **902 250 902** o entra en **www.msf.es** y hazte socio. Gracias.

