

Cosmética facial masculina

Novedades

En la actualidad, el valor que se le concede a la imagen personal ha potenciado el sector de la cosmética masculina. El cambio de hábitos en el cuidado personal por parte de los hombres, junto con los nuevos modelos estéticos, ha impulsado el desarrollo de cosméticos específicos para el hombre dentro del sector farmacéutico.

LEIRE AZCONA

Farmacéutica comunitaria de Vizcaya. Máster en Cosmética y Dermofarmacia.

En la última década del siglo xx, se inició un cambio progresivo en la mentalidad masculina, que dejó de avergonzarse al expresar su lado sensible, tierno y delicado. En consecuencia, comenzó a desarrollarse un nuevo concepto de masculinidad, relacionado con una preocupación por el aspecto estético.

Desde la perspectiva de la farmacia, todo esto significa que el hombre actual se ha convertido en un cliente exigente, receptivo a nuestros consejos farmacéuticos y que selecciona los cosméticos específicos que necesita.

Fisiología de la piel masculina

La creación de una línea cosmética específica para el hombre no sólo obedece a estrategias de marketing sino también a las divergencias cutáneas que existen entre la piel masculina y la femenina. Las principales diferencias entre la piel del hombre y la de la mujer son:

Espesor cutáneo. Es mayor en el hombre, ya que el estrato córneo es más grueso. Por tanto, la piel masculina pre-

senta una textura más áspera y rugosa.

Firmeza. El contenido de colágeno y elastina en la piel del hombre es superior, lo que produce que el envejecimiento masculino sea más tardío y más brusco. Las arrugas aparecen sobre los 45 años en el varón, pero son más profundas.

Mayor hidratación. La piel masculina retiene mejor el agua, porque presenta un película hidrolipídica más abundante.

Glándulas sebáceas. Son más numerosas, de mayor tamaño y más activas en el hombre. La piel masculina produce más sebo, ya que las glándulas sebáceas están estimuladas por las hormonas androgénicas, de manera que se genera un tipo de piel más grasa, con brillos y abundancia de comedones y poros dilatados. Por ello en el hombre aparece un acné más grave y más duradero. Otra afección cutánea más frecuente en la piel masculina es la dermatitis seborreica.

Vello facial. El vello facial crece aproximadamente 0,25-0,50 mm/día, es decir, una media de 0,40 mm/día. En la mejilla masculina se observan 20-80

Normas de un buen afeitado a mano

Desde la oficina de farmacia se puede aconsejar una serie de buenos hábitos durante el afeitado:

- Ducharse con agua caliente, ya que así se abre el poro, la piel aumenta su temperatura y se ablanda el vello facial.
- Llenar el lavabo con agua caliente e introducir la cuchilla dentro. Aplicar el agua caliente también sobre la zona facial que se va a afeitar.
- Repartir la espuma sobre la piel y dejar que actúe durante al menos 2 minutos.
- Afeitar de arriba abajo una sola vez. Limpiar la cuchilla y la cara.
- Aplicar espuma de nuevo y afeitar de abajo a arriba (contrapelo). Una cuchilla se debería usar unas 5 veces, como máximo 10 días.
- Retirar la espuma y aplicar un cosmético postafeitado (*aftershave*).

pelos/cm², aproximadamente unos 20.000 pelos en la superficie facial. El pelo se desarrolla con un ángulo de crecimiento de 31-59°. Su crecimiento es circadiano, lo que significa que crece un 64% más por el día que por la noche.

El pelo absorbe agua en un volumen de hasta el 31% de su peso y así reduce la fuerza de corte en el afeitado. El vello facial presenta una resistencia al corte del 65%, parámetro que disminuye cuando el pelo se encuentra hidratado. De ahí la importancia de humectar el pelo antes de afeitarlo. La cutícula está protegida por una secreción sebácea que le confiere hidrofobicidad.

El afeitado

Los factores que determinaron la instauración del afeitado como hábito masculino son muy diversos: religiosos, bélicos, higiénicos, estéticos y sociales. En la actualidad forma parte de nuestra cultura y de nuestro estilo de vida. Se ha estimado que un hombre de 55 años ha empleado aproximadamente 3.350 horas en su afeitado, es decir, 139 días de su vida.

El afeitado es un proceso agresivo y traumático para la piel del hombre. A continuación, se detallan las acciones que provoca el afeitado sobre la piel:

- Fragiliza la epidermis, porque elimina unas 3 capas del estrato córneo y suprime parte de la película hidrolipídica.
- Deshidrata y seca la piel provocando reacciones cutáneas como la irritación y la tirantez, que pueden llegar al extremo de una inflamación en la epidermis. Se considera índice de irritación la relación entre el estrato córneo eli-



Factores que influyen en el afeitado

Los principales factores que influyen en el afeitado son:

- Agua: su temperatura idónea es 40 °C, de manera que la piel se caliente y humecte, favoreciendo la hidratación del vello facial y la apertura del poro. Se aconseja hidratar el vello facial con agua templada (40 °C) durante al menos 3 minutos.
- La resistencia al corte del pelo hidratado es la mitad que la de pelo seco. La de este último es de 9-10 g/cm² frente a los 4 g/cm² del pelo hidratado.
- La temperatura de la cuchilla (de 2 o 3 hojas). Antes del afeitado, se aconseja templarla en el agua.
- El complemento dermocosmética. Mejora el apurado y la tolerancia al afeitado.
- La relación pelo-folículo piloso. Cuantos más pelos nacen del folículo, más difícil es su rasurado.
- La uniformidad del estrato córneo. Si éste es uniforme, mejora el deslizamiento, evitando la abrasión y el corte.
- Factores individuales como la dureza y la densidad del vello facial.

minado y el pelo rasurado. Por tanto, los cosméticos para el afeitado se formulan con sustancias calmantes como aloe vera, alfabisabolol, alantoína y agua termal.

– Fomenta la infección por *Staphylococcus aureus*, bacteria frecuente en la piel que es inofensiva si la barrera cutánea se encuentra íntegra, pero que provoca numerosas infecciones cuando hay lesiones cutáneas.

– Puede potenciar el desarrollo de foliulitis en la barba. Ésta suele ser una afección de origen infeccioso, y la infección se produce cuando el *S. aureus* invade el folículo piloso y provoca la formación de pústulas. El afeitado agrede la piel de tal manera, que ésta necesita 24 horas para regenerarse.

Tipos de afeitado

La mayoría de los hombres, aproximadamente un 70%, realiza el afeitado con cuchilla o navaja, frente a un 23% de los hombres que utiliza maquinilla eléctrica. El resto, un 7%, no se afeita. A continuación, se describen las diferencias entre los diferentes tipos de afeitado.

Afeitado húmedo o a mano. Es el afeitado mecánico que se realiza con cuchilla o navaja. Se aconseja ablandar antes el pelo ya que se corta más fácilmente. El agua templada, a unos 40 °C, ablanda el pelo, de manera que la queratina del vello se hidrata y se necesita menos fuerza para realizar el corte en el afeitado.

La piel lubricada hace que la cuchilla resbale más fácilmente y el corte sea más limpio.

Este afeitado genera más riesgo de cortes y erosiones cutáneas, además, algunos cosméticos que se utilizan para la humectación del pelo pueden producir un efecto desengrasante e irritante para la piel.

Afeitado en seco. Se denomina así al afeitado eléctrico. Presenta un menor riesgo para la piel, ya que no se producen tantos cortes ni erosiones cutáneas.

Durante el afeitado en seco no se emplea un cosmético, ya que el rasurado del vello se realiza, como su nombre bien indica, sin necesidad de humectar el pelo. Sí se suelen emplear, en cambio, cosméticos indicados para preparar la piel antes del afeitado o para repararla después.

Cosméticos preafeitado

Se denominan así los cosméticos que se utilizan para preparar la piel antes del afeitado. Dependiendo de la técnica de afeitado que se emplee, variará la formulación del cosmético. A continuación se describen las características de cada tipo:

Cosméticos preafeitado húmedo

Se caracterizan porque en su formulación encontramos activos hidratantes como el ácido láctico y la urea, que reducen la resistencia de la barba al corte. Las siliconas de su composición mejoran la humectación de la piel y del vello facial.

Estos cosméticos se caracterizan porque modifican el pH del vello, alcanzando el punto isoelectrónico de la queratina, de manera que el pelo retiene mayor cantidad de agua.

Como sustancias calmantes y protectoras frente a la agresión del afeitado suelen emplearse el aloe y la alantoína. El ácido glicólico mejora la elasticidad cutánea, reforzando la resistencia de la piel frente al afeitado.

En resumen, los cosméticos preafeitados con cuchilla son normalmente de aplicación nocturna. Su misión es ablandar la barba facilitando la acción del afeitado y protegiendo la piel gracias a su acción lubricante y cubriente. En el mercado actual encontramos geles, lociones y cremas que podrán indicarse según el tipo de piel de mayor a menor cantidad de grasa, respectivamente.

Cosméticos preafeitado en seco

El cosmético preparador del afeitado con maquinilla eléctrica tiene como misión secar y endurecer el pelo facial, realizando una acción astringente, lubricante y cubriente, de manera que el pelo esté seco y erecto, de forma individual, y se favorezca así un afeitado eficaz. Se presentan en forma de geles, lociones, polvos, dispersiones acuosas y barras.

Características del cosmético para afeitado

Una vez se ha preparado la piel para el afeitado, si la técnica que se emplea es la maquinilla eléctrica, no se necesitará ningún cosmético en el momento del rasurado; en cambio, si el afeitado se rea-

liza con cuchilla o navaja, el hombre requerirá un cosmético para afeitarse de los denominados espumas o geles de afeitado. Las características principales de estos productos son las siguientes:

– Reblandecen el pelo por absorción de agua debido a su elevada alcalinidad, ya que consiguen alcanzar el pH isoelectrónico de la queratina.

– Mejoran la estabilidad de la espuma por los tensioactivos que contienen.

– Humectan la piel con activos como la urea, el sorbitol y la glicerina.

– Emulsionan la secreción sebácea, muy típica en los hombres.

– Mantienen el pelo erecto y así favorecen el corte.

– Lubrican la piel y mejoran el deslizamiento de la cuchilla o navaja.

– Presentan una adecuada viscosidad y se adhieren a la barba durante todo el proceso del afeitado.

La formulación de los cosméticos para el afeitado varía en función de si se usa brocha o no. Los productos para el afeitado con brocha suelen ser emulsiones O/W, que generan cremas espumosas al formarse el emulgente in situ.

Los cosméticos para el afeitado húmedo llevan en su composición activos comunes característicos como: glicerina, que es un humectante; trietanolamina, que ablanda la barba; triclosan y piroctonolamina como antisépticos; agua termal y bisabolol como descongestivos y calmantes; vitamina F y ácidos grasos naturales como regeneradores cutáneos y un sistema antifricción que asocia siliconas y polímeros.

Estos cosméticos se diferencian por presentar pH 9. Esta alta alcalinidad hace que la queratina del vello facial se hidrate y sea menos resistente al corte del afeitado.

Cosméticos postafeitado

Los cosméticos para después del afeitado o *aftershave* no se diferencian según la técnica de afeitado que se aplique. En la actualidad, son los cosméticos con mayor aceptación por parte de la población masculina. Sus acciones principales son calmar la piel, disminuir la irritación generada por el afeitado y, sobre todo, regenerar la piel que ha sido agredida. Los activos con que se formulan estos cosméticos son:

- Antiirritantes y calmantes: aloe vera, avena, agua termal, alfabisabolol, extracto de hamamelis, extracto de regaliz, vitamina E y caléndula.
- Refrescantes: mentol y siliconas volátiles.
- Hidratantes: componentes del factor de humectación natural (NMF son las siglas en inglés), como urea, ácido láctico, alanina y glicina.
- Sustancias antisépticas: triclosan, sales amonio cuaternarias.
- Queratolíticos: ácido salicílico.
- Regeneradores: vitamina F, aceite de cártamo, lecitina, ceramidas y colesterol.
- Filtro UVA y filtro UVB: benzofenona y metoxicinamato.

Algunos cosméticos indicados para después del afeitado se formulan con un alto porcentaje de alcohol, del 32 al 48%. El alcohol es refrescante, desinfectante y astringente pero no es nada aconsejable en cutis sensibles o grasos, ya que puede ser irritante y generar un efecto rebote en la producción de grasa, respectivamente. En la actualidad estos cosméticos, normalmente tónicos, no se suelen aconsejar.

Cuidados cosméticos en el hombre

Las necesidades básicas, desde un punto de vista cosmético y dermatológico, son las mismas para la piel masculina y la femenina, con la excepción del afeitado diario y sus consecuencias cutáneas.

A continuación se detallan los cuidados cosméticos aconsejables para la piel del hombre:

Conclusión

A la hora de recomendar un cosmético para un hombre, debemos tener en cuenta su tipo de piel, qué técnica de afeitado emplea y si presenta algún problema cutáneo. Además, no debemos olvidar las preferencias masculinas en relación con los cosméticos: que se absorban fácilmente, que no contengan grasa, que su envase sea práctico y que sean multifuncionales. Con todos estos conocimientos y con la variedad de cosméticos de línea masculina que ofrece la oficina de farmacia seguro que nuestro cliente queda satisfecho.

Limpieza

Está destinada a eliminar la suciedad cutánea por detergencia o arrastre. Es de vital importancia en una piel mixta/grasa como suele ser la masculina. Los cosméticos limpiadores son muy poco utilizados, ya que el hombre no está aún muy concienciado de que le conviene lavarse la cara con un cosmético. Sin embargo, en la actualidad, el mercado farmacéutico dispone de una amplia gama de cosméticos limpiadores dentro de la línea masculina, que se caracterizan por presentar tensioactivos suaves junto con activos específicos como el ácido glicólico y el ácido salicílico.

Hidratación

Los agentes externos como el sol o el aire, frío favorecen la deshidratación cutánea. Para compensar, conviene aconsejar la aplicación de cosméticos enriquecidos con activos hidratantes.

Como se ha comentado anteriormente, la piel del hombre suele presentar un buen grado de hidratación y por ello los hombres no suelen demandar estos productos. Las líneas de cosmética masculina disponibles en la farmacia han desarrollado cosméticos hidratantes formulados con sustancias que mejoran la hidratación cutánea como el ácido piroglutámico, el ácido hialurónico, la urea y la glicerina, activos que mejoran el metabolismo celular como el magnesio y sustancias que estimulan la síntesis de colágeno y la renovación celular como la vitamina C.

Regulación de la secreción sebácea

La piel del hombre segrega 2 veces más sebo que la de la mujer, ya que las

glándulas sebáceas están estimuladas por los andrógenos. Por consiguiente, la piel masculina es más brillante, presenta los poros dilatados y genera puntos negros con mayor facilidad. Además del factor fisiológico, existen factores exógenos como el estrés y la contaminación que acentúan la secreción sebácea.

Por tanto, para regular el exceso de sebo en la piel del hombre se aconseja la aplicación de cosméticos seborreguladores que refrescan y matifican la piel, además de realizar una acción purificante. En sus formulaciones suelen incluir:

- *Acido glicólico y ácido salicílico*: ejercen una acción queratolítica sobre el estrato córneo y potencian la renovación celular.
- *Sulfato de cinc y cobre*: purificantes y antisépticos.
- *Ascorbyl glucoside*: antioxidante y exfoliante.
- *Vitamina B₆*: regula la secreción de grasa.

Reafirmación

Como ya hemos comentado, el hombre posee mayor cantidad de colágeno y elastina en la piel y por ello envejece más tarde, pero las arrugas, cuando aparecen, son más profundas que en la mujer, y van acompañadas normalmente por una pérdida de firmeza.

Los cosméticos indicados para estas pieles más maduras actúan a varios niveles: previenen la flacidez y la aparición de arrugas y mejoran la firmeza cutánea. Su textura no suele ser muy untuosa y de absorción rápida, ya que la piel masculina es generalmente mixta o grasa.

En el mercado farmacéutico actual ya hay cosméticos antiarrugas específicos para los hombres. Su formulación se basa en activos como el silicio, que favorece las uniones entre las fibras de colágeno; licopeno, que es un activo que se extrae del tomate y tiene acción antioxidante, y ceramidas como reestructurante.

Atención al contorno de ojos

En la actualidad la farmacia no dispone todavía de un contorno de ojos específico para la clientela masculina, pero sí se encuentra en las líneas de alta perfumería y seguramente no tardará en llegar al canal farmacéutico. □