

# Cuperosis

## *Etiología, prevención y tratamiento*

La cuperosis es la manifestación antiestética de pequeñas venas varicosas que aparecen en distintas zonas del rostro. Se trata de pequeños capilares que se dilatan como consecuencia del aumento de presión sanguínea en la zona. La cuperosis es más frecuente en mujeres que en varones y su etiología obedece tanto a desencadenantes externos como internos. En el presente trabajo se abordan las características de la cuperosis, su etiología y su tratamiento cosmético.

**C**ada vez es más frecuente el uso de cosméticos para pieles sensibles o muy reactivas. Este tipo de piel se caracteriza por ser frágil, con tendencia a enrojecer y a sufrir irritaciones, y en consecuencia desarrolla una mayor reactividad (tabla 1).

Esta hiperreactividad se vincula a una alteración en la función barrera, que provoca una especial sensibilidad de la epidermis a los estímulos externos (como los cos-

méticos, el clima, el abuso de alcohol y picantes, la exposición a detergentes, etc.) e internos (estrés, fatiga, algunas patologías como la rosácea, etc.).

Así pues, las personas con la piel seca y las afectadas por los factores desencadenantes mencionados, son candidatas a desarrollar una piel sensible.

Pero no debe confundirse la denominada piel sensible con una alergia, ya que no se trata de una reacción inmunológica.

ANNA CODINA  
FARMACÉUTICA.



## Piel con cuperosis

La aparición de telangiectasias es la característica principal de la cuperosis. Son filamentos finos arborizados, que aparecen principalmente en las mejillas y en las aletas de la nariz, de color casi rojo. También puede afectar otras zonas de la cara, como el mentón.

Esta alteración de la circulación periférica es mucho más frecuente en la piel fina y sensible, blanca, pálida y que se enrojece con facilidad, ya que la epidermis de estas pieles es más transparente. Además, afecta principalmente a las mujeres.

Se trata de un problema estético, no de una enfermedad, aunque si no se cuida puede derivar en rosácea hacia los 35 o 40 años de edad.

La rosácea, a diferencia de la cuperosis, es una enfermedad que se caracteriza por el enrojecimiento facial (*flushing*), causado por cambios de temperatura, que deja telangiectasias permanentes. También aparecen pústulas, granulomas y lesiones oculares, como blefaritis y conjuntivitis.

## Etiología

Por tanto, la cuperosis es una alteración de tipo vascular, especialmente de las vénulas y las arteriolas. La elasticidad de estos vasos periféricos es casi nula. Si el aporte sanguíneo aumenta de forma brusca y la capacidad de recuperación elástica es escasa, como en el caso de mujeres con cuperosis, entonces los factores externos estresantes debilitan muy fácilmente las paredes de los vasos.

Así pues, es la dilatación continua de las vénulas y las arteriolas la que causa que éstas sean visibles en la superficie de la piel blanca y sensible.

## Etapas

En una primera fase aparece enrojecimiento y congestión de la zona media del rostro. Primero se manifiesta en períodos cortos, pero llega a ser permanente con el paso del tiempo.

En una segunda fase aparecen las telangiectasias, de color rojizo o rojo-violáceo.

**Tabla 1. Características de la piel sensible**

- Piel muy fina, delicada y blanca
- Sensación de quemazón
- Piel tirante con tendencia a la sequedad
- Tendencia a manchas, eritema, prurito y calor
- Cutis de apariencia frágil
- Envejecimiento más rápido
- Aparición frecuente de cuperosis

## Desencadenantes internos

A continuación se describen algunos de los factores externos que pueden desencadenar telangiectasias.

- Factores químicos. La acción nociva de agentes químicos irritantes (jabones) que fácilmente causan eritema facial.
- Factores físicos. Desde pequeños traumas o golpes en la piel hasta la exposición excesiva al calor (estufas, por ejemplo) o el contacto con agua muy fría.
- Factores medioambientales. Tienen un efecto importante en la aparición de la cuperosis, especialmente los cambios bruscos de temperatura, el viento intenso, el calor y el frío.

Estos factores causan una vasodilatación y una vasoconstricción brusca, lo que provoca las inestéticas telangiectasias.

## Desencadenantes externos

A parte de los factores desencadenantes externos, también existen factores internos que predisponen a desarrollar cuperosis, como:

- Trastornos digestivos causados por el consumo excesivo de alcohol y la ingestión de picantes, así como no masticar suficientemente los alimentos ingeridos.
- Nerviosismo.
- Diversas enfermedades como la hipertensión, la diabetes y determinados problemas hepáticos.



## Prevención

Como ya se sabe en otros trastornos de la piel, la prevención es un arma muy importante para evitar el empeoramiento de la cuperosis.

Hay una serie de medidas generales que se pueden y se deben tomar. Estas medidas son:

- Descongestión.
- Prevención de eritrosis.
- Evitar los cambios bruscos de temperatura.
- Evitar el consumo de tabaco y los excitantes.
- En la dieta, evitar el uso de especias, los alimentos demasiado calientes y el consumo de alcohol.
- Recomendar la aplicación de cremas cosméticas adecuadas para pieles sensibles e intolerantes.

## Sustancias que hay que evitar

Los productos que irriten la piel deben evitarse siempre. Por ejemplo, se rechazarán los tratamientos con productos exfoliantes o *peelings*, ya sean químicos o mecánicos, pues una piel cuperósica ya es de por sí muy fina y no es aconsejable este tipo de agresiones.

Asimismo, se debe evitar el uso de sustancias potencialmente fotosensibilizantes, como los perfumes.

## Técnicas estéticas

Por último, cuando ya se ha desarrollado completamente la cuperosis, se aprecian muy buenos resultados en la eliminación de las telangiectasias con el láser vascular, mejorando así las reacciones vasomotoras.

También se emplea la electrocoagulación de los pequeños vasos superficiales, aunque esta es una medida más dolorosa que no mejora sustancialmente el eritema de fondo.

### CONSEJOS DESDE LA FARMACIA

#### Recomendaciones cosméticas

|             |                              |  |
|-------------|------------------------------|--|
| Higiene     | Leches limpiadoras           | • Bajo contenido graso<br>• No comedogénicas |
|             | Soluciones jabonosas suaves  | Tensioactivos no iónicos                     |
|             | Aclarado abundante           |  |
| Tónicos     | Lociones                     | • Anticongestivas<br>• Astringentes          |
|             | Aplicación de compresas      |  |
|             | Aguas termales               | A discreción                                 |
| Hidratación | Componentes lipófilos        | No comedogénicos                             |
|             | Ingredientes activos         | Acción descongestiva                         |
|             | Emulsiones                   | Fase externa acuosa (O/A)                    |
|             | Crema-geles                  | Contenido graso < 20%                        |
| Protección  | Emulsiones silicónicas (W/S) | Ligeras y no comedogénicas                   |
|             | Factor protección solar      | Superior a 20                                |

**Tabla 2. Ingredientes a utilizar en cosméticos para el tratamiento de la cuperosis**

|                        | PRINCIPIOS ACTIVOS Y SUSTANCIAS | OTRAS PROPIEDADES DE INTERÉS                       |
|------------------------|---------------------------------|--|
| <b>Venoprotectores</b> | <i>Aesculus hippocastanum</i>   | Vasoprotector, antiedema, descongestionante        |
|                        | <i>Centella asiatica</i>        | Estimula la microcirculación                       |
|                        | Meliloto                        | Estimula la microcirculación                       |
|                        | <i>Ruscus aculeatus</i>         | Antiedema, protector microcirculación              |
|                        | <i>Vaccinium myrtillus</i>      | Disminuye fragilidad capilar                       |
|                        | <i>Vitis vinifera</i>           | Descongestionante                                  |
| <b>Lenitivos</b>       | Alfabisabolol                   |  |
|                        | Áloe vera                       |  |
|                        | Altea                           | Demulcente   |
|                        | Avena                           | Acción descongestiva                               |
|                        | Azuleno                         |  |
|                        | Caléndula                       | Acción descongestiva                               |
|                        | Dexpantenol                     |  |
|                        | Manzanilla                      | Acción descongestiva                               |
|                        | <i>Mimosa tenuiflora</i>        | Estimula la microcirculación                       |
|                        | Enoxolona                       | Acción descongestiva, mejora la tolerancia cutánea |
|                        | Malva                           | Demulcente, protector de la piel                   |
| Polisacáridos          | Ramnosa                         |  |



## Tratamiento cosmético

Los cosméticos que se emplean para el tratamiento de las pieles con cuperosis deben ser formulados con dos objetivos:

- Evitar la irritación cutánea.
- Tratar la reactividad.

En el uso de productos de higiene y de tratamiento deben usarse productos específicos para pieles sensibles, ya que habitualmente contienen pocos ingredientes (tabla 2) y están exentos de perfume.

Para desmaquillar o limpiar el rostro es preferible el uso de leches desmaquillantes y tónicos sin alcohol que el agua. También son aconsejables los panes dermatológicos, por carecer de tensioactivos irritantes.

Otra pauta a tener en cuenta es evitar el uso de disolventes como el propilenglicol y el etanol en elevadas concentraciones.

Los conservantes que contienen los cosméticos también son fuente de posibles irritaciones. Los mejores conservantes para una piel sensible son los clásicos parabenos.

El eritema y las telangiectasias mejoran con la aplicación tópica de sustancias vasoconstrictoras y descongestionantes. Muchas de estas sustancias son de origen vegetal:

- Meliloto.
- Regaliz.
- Rusco.
- Castaño de Indias.
- Manzanilla.
- Semillas de la vid.

Otras sustancias con acción calmante son el dexpanthenol, el alfabisabolol y el azuleno, que son ingredientes de la manzanilla. También el ácido glicirrético, que es el componente principal del regaliz, por sus excelentes propiedades calmantes.

Cabe también mencionar el uso de las aguas termales por su contenido en sales y oligoelementos, y por sus conocidas propiedades lenitivas. ■