

# DOSKONAŁA W KAŻDYM CALU

„Uroda to weksel honorowany na całym świecie za okazaniem”, powiedział dawno temu Giacomo Casanova. Maksyma XVIII-wiecznego awanturnika jest wciąż aktualna. Przypominamy ją sobie zwłaszcza wiosną, gdy budzi się potrzeba zadbania o siebie.

Tekst: Anna Frydrych

**W**spółczesne kosmetyki do pielęgnacji ciała nie tylko nawilżają i natłuszczają. Charakteryzują się także dużą segmentacją i ściśle ukierunkowanym działaniem. Opracowując nowy produkt, kosmetolodzy skupiają się na określonych partiach skóry, problemach pielęgnacyjnych czy defektach kosmetycznych. Do najważniejszych, z którymi boryka się zdecydowana większość kobiet, należą: cellulit, zwany powszechnie skórka pomarańczową, nadmiernie rozwinięta tkanka tłuszczowa, spadek jędrności i elastyczności, rozstępy oraz suchość skóry spowodowana zaburzeniami w odnowie naskórkowej o różnym podłożu.

## Cellulit nr 1

Problem skórki pomarańczowej to najczęściej występujący defekt kosmetyczny u kobiet, który – jak pokazują analizy statystyczne – dotyka zdecydowaną

ich większość. Na różnych etapach życia pojawia się nawet u 85-90 proc. pań i obejmuje głównie obszar ud, pośladków, brzucha oraz ramion. Istnieją trzy okresy w życiu kobiety, w których ryzyko pojawienia się zmian jest największe – dojrzewanie, ciąża oraz okres przed menopauzą. Efekt skórki pomarańczowej to wynik wielu zaburzeń związanych przede wszystkim z gospodarką hormonalną (głównie poziomem estrogenów), nieprawidłowym funkcjonowaniem krążenia, a także nieprawidłowościami w obrębie niektórych tkanek. Otyłość, którą dawniej bezpośrednio wiązano z występowaniem cellulitu, nie jest jego główną przyczyną, choć z pewnością może w poważnym stopniu przyczynić się do jego rozwoju.

Czynniki, które w największym stopniu przyczyniają się do powstania cellulitu, to hormony żeńskie – estrogeny – a właściwie ich zbyt wysoki poziom w stosunku do progesteronu. Estrogeny wpływają na zwiększenie

## CZYNNIKAMI, KTÓRE W NAJWIĘKSZYM STOPNIU PRZYCZYNIAJĄ SIĘ DO POWSTANIA CELLULITU, SĄ ESTROGENY – A WŁAŚCIWIE ICH ZBYT WYSOKI POZIOM W STOSUNKU DO PROGESTERONU.

przepuszczalności naczyń krwionośnych, co powoduje wydostawanie się i gromadzenie osocza w przestrzeniach międzykomórkowych. W rezultacie powstają lokalne obrzęki i dochodzi do uciskania otaczających komórek, w tym również komórek tłuszczowych (adipocytów), których procesy metaboliczne zostają zachwiane. Dlatego też w kosmetykach łączy się niekiedy działanie antycellulitowe z działaniem wyszczuplającym. Niemniej samo zastosowanie diety odchudzającej i obniżenie masy ciała nie powoduje zaniku skórki pomarańczowej. Nieprawidłowości, które obserwuje się w miejscach objętych cellulitem, dotyczą również włókien podporowych. W wyniku zwiększonej aktywności enzymów zwanych metaloproteinazami dochodzi do osłabienia struktury kolagenu i spadku jędrności. W rezultacie tych wszystkich zmian obserwuje się miejscowy stan zapalny.

Wśród składników antycellulitowych najważniejsze miejsce zajmują ekstrakty roślinne. Usprawniają mikrokrążenie i drenaż limfatyczny, eliminując nadmiar wody w przestrzeniach międzykomórkowych. Dzięki obecności flawonoidów wzmacniają również ścianki naczyń krwionośnych, zmniejszając tym samym tendencję do wycieku i zastój płynów. Bogatym źródłem flawonoli jest ekstrakt z lotosu (*Nelumbo nucifera*), który dodatkowo zmniejsza stany zapalne oraz chroni włókna

podporowe tkanki podskórnej – kolagenu i elastyny. Flawonoidy wąkrotki azjatyckiej (*Centella asiatica*) bardzo skutecznie ograniczają zastój limfy, zmniejszają opuchnięcia, obrzęki i stany zapalne.

### Po drugie: wyszczuplanie

Odkładanie się nadmiernej ilości tkanki tłuszczowej jest spowodowane przewagą procesów lipogenezy (wytwarzania tłuszczów) nad procesami lipolizy (ich rozkładu). W rezultacie dochodzi do kumulowania się związków tłuszczowych. W takim przypadku adipocyty mogą zwiększyć swoje rozmiary nawet kilkadziesiąt razy!

Dlaczego mamy tendencję do zwiększania rozmiarów komórek tłuszczowych w jednych miejscach bardziej (np. uda, biodra) niż w innych? Niektórzy naukowcy tłumaczą to zjawisko większą liczbą receptorów antylipolitycznych, czyli takich, które sprzyjają gromadzeniu tłuszczów, zwanych potocznie receptorami alfa, niż receptorów lipolitycznych – sprzyjających uwalnianiu tłuszczów, zlokalizowanych w błonach komórkowych adipocytów. Do tychże receptorów przyłączają się hormony regulujące syntezę kwasów tłuszczowych. Receptory alfa są miejscem przyłączania się insuliny odpowiadającej za zwiększenie transportu glukozy, czyli po prostu jej wnikania do komórek. Po wnikięciu jest ona przekształcana do związków tłuszczowych. Z kolei do receptorów beta przyłączają się adrenalina i glukagon, pobudzając rozkład tłuszczów i – co za tym idzie – wpływając na zmniejszenie rozmiarów komórek tłuszczowych.

### Pochłaniacze tłuszczu

Znajomość tego mechanizmu wykorzystano w kosmetologii. Najbardziej skuteczne składniki antycellulitowe i wyszczuplające to kofeina i wyciąg z guarany, których korzystne działanie wiąże się także ze wspomaganiami mikrocyrkulacji. Bardzo ważnym składnikiem preparatów antycellulitowych i wyszczuplających jest również L-karnityna, ułatwiająca przebieg procesów rozkładu i spalania tłuszczów w komórkach, a także skoniugowany kwas linolowy. Nowością kosmetologiczną w preparatach wyszczuplających jest z kolei sulfokarbazona. W warunkach *in vitro* wykazano, że cząsteczka ta stanowi swoistą pułapkę dla związków z grupy poliamin – promujących syntezę triglicerydów. Wyłapując wspomniane cząsteczki, zapobiega gromadzeniu się tłuszczów w adipocytach.

### Gdy na skórze pojawią się rozstępy...

Walka z rozstępami wydaje się jednym z największych wyzwania dla kosmetologów. Trudności wynikają zarówno z samego defektu, jak i szczególnej grupy docelowej, dla której preparaty tego typu są projektowane. Są to osoby w okresie szybkiego tycia, chudnięcia i wzrostu, ale przede wszystkim kobiety w ciąży i po porodzie. Problem ten dotyczy nawet 90 proc. kobiet na tym etapie życia. Ze względu na tak wyjątkowy moment w życiu pań receptury produktów przeciw rozstępom opracowywane są z ogromną troską.

Rozstępy to przede wszystkim skutek nadmiernego rozciągania się skóry, w wyniku czego dochodzi do zerwania włókien



# BODY DE LUXE

i pojawiania się zmian w postaci różowo-fioletowych linii. Na tym etapie skuteczne kosmetyki z rozstępami radzą sobie całkiem nieźle. Zastosowanie odpowiednich składników może całkowicie odwrócić proces. Zbyt późne wprowadzenie pielęgnacji prowadzi do nieodwracalnych defektów – wyraźnych białych prążków zapadniętej skóry.

Rozstępy mogą się pojawić również u osób na bardzo drastycznej diecie. W takiej sytuacji komórki skóry nie nadążają z produkcją prawidłowo zbudowanego kolagenu i elastyny, które odpowiadają za jej własności – sprężystość i elastyczność. Takie nieprawidłowo zbudowane włókna są bardziej kruche, mniej podatne na rozciąganie i znacznie łatwiej ulegają zrywaniu. Zakres działania kosmetyków przeciw rozstępom to bezwzględne stymulowanie kolagenu i elastyny do odbudowy i wzmacniania, działanie ujędrniające oraz łagodzące.

## Gdy skóra jest sucha...

Pielęgnacja suchej skóry ciała przypomina nieco dbanie o skórę twarzy, ponieważ zarówno przyczyny takiego stanu, jak i jego objawy są podobne. Nasilenie zmian bywa jednak intensywniejsze, gdyż zwykle większą wagę przykładamy do pielęgnacji twarzy, zapominając w natłoku codziennych zajęć, że nasze ciało wymaga jej w równym stopniu. Skórze ciała szczególnie potrzebne są naturalne oleje roślinne bogate w NNKT, m.in. olej z orzeszków makadamia, olej z kiełków pszenicy czy olej canola bogaty w kwasy omega-6. Nie powinno także zabraknąć składników regulujących procesy złuszczenia i wzmacniających funkcje ochronne skóry.



1. Dermika, Supernawilżający Krem do Ciała po Kąpieli, Basenie, Słońcu, 200 ml, 38 zł
2. Dermika, Krem Ujędrniający, 200 ml, 48 zł
3. Dermika, Slim-Koncentrat 3D, 200 ml, 58 zł
4. Dermika, Ultra-Koncentrat na Cellulit w Ampułkach, 14 x 10 ml, 79 zł
5. Dermika, maseczki: Dotyk Aksamitu, Dotyk Młodości, Dotyk Oceanu, każda szaszetka – 10 ml, 1 szt. 5 zł