



mgr Sylwia Wójcik

Szkoleniowiec marki Bielenda Professional

Skuteczność kosmetyków zawierających witaminy w profilaktyce przeciwstarzeniowej

Główną przyczyną starzenia się skóry jest fakt, że wraz z wiekiem procesy katabolizmu zaczynają dominować nad procesami odnowy. W efekcie pojawiają się zmiany w strukturze naskórka i skóry właściwej.

Zmiany w strukturze naskórka to: zmniejszenie grubości warstw kolczystej i ziarnistej, mniejsza aktywność warstwy rozrodczej, pogrubienie warstwy rogowej, tworzenie skupisk melanocytów, zaburzenia odporności spowodowane spadkiem ilości komórek Largenhansa, redukcja ilości gruczołów łojowych, zmniejszenie produkcji lipidów. Natomiast do grupy zmian w skórze właściwej należą: zmniejszenie ilości włókien kolagenowych i elastynowych, zaburzenia w ich budowie, zmniejszenie ilości fibroblastów, zmniejszenie aktywności fibroblastów oraz zmniejszenie ilości glikozaminoglikanów i proteoglikanów.

Z wiekiem pojawiają się również przebarwienia, a koloryt skóry staje się mniej jednolity. Przebarwienia są to ograniczone lub uogólnione zmiany koloru skóry danej osoby, powstałe na skutek nierównomiernego gro-

madzenia się melaniny w komórkach. Dzielimy je ze względu na głębokość na: naskórkowe, skórne i mieszane. Do najczęściej obserwowanych w pracy gabinetowej należą zmiany pierwotne, takie jak piegi, ostuda, plamy soczewicowate i hiperpigmentacja okolicy oczodołów. Grupa przebarwień wtórnych obejmuje przebarwienia pozapalne, polekowe [po stosowaniu środków przeciwbólowych, barbituranów, sulfonamidów, tetracyklin, pochodnych sulfonolmoczniaka, moczopędnych (furosemid), przeciwpadaczkowych, przeciwartymicznych (amiodaron), uspokajających (barbiturany)], hormonalne [uwarunkowane zmianami hormonalnymi związanymi z ciążą, okresem menopauzy, stosowaniem preparatów antykoncepcyjnych, zaburzeniami endokrynologicznymi (nadczynność tarczycy, schorzenia jajników)] czy postępczne.

Czynnikami aktywującymi melanogenezę są: promieniowanie UV, urazy mechaniczne, stany zapalne, działanie hormonów (hormon stymulujący melanocyty – α MSH; adrenokortykotropina, estrogeny) i czynniki chemiczne (niektóre metale – np. miedź, żelazo, srebro, złoto i półmetale – np. arsen, niedobór witaminy A i witamin z grupy B). Aby skutecznie walczyć z przebarwieniami, musimy połączyć terapię gabinetową z odpowiednią pielęgnacją domową, obejmującą przede wszystkim ochronę przed promieniowaniem ultrafioletowym. Idealny zabieg kosmetyczny przeciwko przebarwieniom będzie jednocześnie złuszczał, regulował wydzielanie melaniny i eliminował już istniejący pigment.

Na procesy degradacji skóry ma również wpływ stres oksydacyjny. Jest to stan zaburzonej równowagi pomiędzy antyoksydantami a prooksydantami. Stres oksydacyjny jest wynikiem wzrostu szybkości wytwarzania wolnych rodników, niewystarczającej ilości antyoksydantów, zahamowania lub braku aktywności enzymów o działaniu antyoksydacyjnym. Powstające wolne rodniki wywierają destrukcyjne działanie na skórę – niszczą włókna kolagenowe i elastynowe w skórze właściwej, co w konsekwencji prowadzi do pozbawienia jej elastyczności, sprężystości i pojawiania się zmarszczek. Ponadto oddziałują niekorzystnie na błony komórek naskórka i skóry właściwej, co zaburza jej funkcje ochronne. Do najważniejszych skutków stresu oksydacyjnego należy zaliczyć: inaktywację niektórych białek, wzmożony katabolizm nukleotydów adeninowych, obniżenie poziomu ATP i glutationu, uszkodzenie DNA, wzrost szybkości peroksydacji lipidów, uszkodzenie mitochondriów, zaburzenie wewnątrzkomórkowej homeostazy wapnia (Ca^{2+}), zwiększenie przepuszczalności i depolaryzację błony komórkowej, zmianę własności antygenowych komórek. Skuteczną bronią

w walce ze starzeniem się skóry, przebarwieniami i skutkami stresu oksydacyjnego są witaminy A, C i E, nazywane „witaminami młodości”.

Bielenda Professional, chcąc spełnić wymagania kobiecej skóry, stworzyła zabieg odmładzająco-rozświetlający o silnym działaniu antyoksydacyjnym. Reti-Vit C [Ascorbic-VC] wykorzystuje moc witamin A, C i E. Mając świadomość zależności między formułą preparatu a jego aktywnością, eksperci laboratorium naukowego marki stworzyli kosmetyki, zawierające maksymalne dopuszczalne i bezpieczne stężenia składników oraz ich najbardziej aktywne i stabilne formy.

Witamina A

Stymulujące działanie witaminy A zapewnia zmniejszenie zmian związanych z procesem starzenia skóry. Jest najlepiej poznanym i jednym z najskuteczniej działających składników przeciwzmarszczkowych, stosowanych w kosmetyce. Duża skuteczność działania tej witaminy w preparatach kosmetycznych jest uwarunkowana obecnością w zewnętrznych warstwach skóry receptorów, selektywnie wiążących jej cząsteczki, dzięki czemu możliwy jest bezpośredni wpływ witaminy A na procesy zachodzące w komórkach skóry. Pod nazwą witamina A kryją się jej znane pochodne – tzw. retinoidy, zaś podstawową formą tej witaminy jest retinol. Do pozostałych pochodnych należy kwas retinowy, retinal, beta karoten oraz octan i palmitynian retinolu. Główną formą witaminy A w postaci czystej i stosowaną w kosmetykach jest retinol, który w komórkach skóry ulega przekształceniu do kwasu retinowego, charakteryzującego się efektywnym działaniem bez podrażniania skóry. Retinol wywiera wielokierunkowe działanie na skórę, wpływając

na powstawanie prawidłowych komórek skóry, poprzez regulowanie podziałów komórkowych i dojrzewania komórek, co sprzyja odnowie komórkowej skóry. Wiadomo, że retinol wpływa na zewnętrzne warstwy naskórka, warunkując wygładzenie skóry, poprawę jej struktury i kolorytu oraz zmniejszając proces rogowacenia skóry. Dzięki działaniu retinolu zrogowaciały naskórek ulega wymianie na nowy, młodszy, bardziej spoisty. Dzięki złuszcżającemu i normalizującemu działaniu witaminy A możliwa jest redukcja zgrubiałej wierzchniej warstwy naskórka. Warto podkreślić, że witamina A warunkuje zgrubienie naskórka o 30%, co jest szczególnie ważne w przypadku starzejącej się skóry. Przyspiesza także podziały komórkowe, zapewniając szybszą regenerację skóry. Regularne stosowanie witaminy A wiąże się z jej wpływem na głębsze warstwy skóry, co sprzyja stymulowaniu produkcji istotnych dla jej kondycji białek kolagenu i elastyny, warunkujących jędrność i jednocześnie zapewnia zdolność naprawy i odbudowy już zniszczonych włókien kolagenowych i elastycznych. Ponadto retinol wywiera korzystne działanie na żywą warstwę skóry, poprawiając jej budowę i działanie. Dzięki temu zapewnione zostaje właściwe odżywienie i regeneracja skóry. Retinol stymuluje również produkcję kwasu hialuronowego w skórze, którego ilość zmniejsza się z wiekiem, a który odpowiada za prawidłowe nawodnienie komórek skóry. Regularne stosowanie retinolu warunkuje ujędrnienie, uelastycznienie skóry, zanik drobnych zmarszczek i spłylenie zmarszczek głębszych i mimicznych, poprawę rysów twarzy i jej konturu. Należy zaznaczyć, że retinol warunkuje także rozjaśnienie przebarwień posłonecznych, hormonalnych, melasmy, a także sprzyja redukcji przebarwień pozapalnych. Zastosowanie retinolu pomaga zredukować nawet intensywne przebar-

wienia. Dzięki jego zastosowaniu cera staje się mniej ziemista i nabiera zdrowszego kolorytu. Rozjaśniające działanie retinolu jest związane z regulacją procesu złuszczenia i odnowy naskórka oraz wpływem na same melanocyty. Retinol warunkuje bowiem zmniejszanie rozmiaru melanocytów oraz redukcję ilości zawartej w nich melaniny. Dodatkowo retinol działa również przeciwzapalnie i sprzyja gojeniu skóry. Wiadomo też, że odpowiada za poprawę działania systemu odpornościowego skóry, pobudzając na przykład naturalne mechanizmy chroniące skórę przed szkodliwym działaniem promieni słonecznych. Dzięki zastosowaniu retinolu, poprawie ulega także ukrwienie skóry, co z kolei wpływa też na proces jej odżywienia i dotlenienia. Warto również zaznaczyć, że retinol jest składnikiem odpowiednim do pielęgnacji skóry tłustej i trądzikowej, ponieważ reguluje ilość wydzielanego łoju, zmniejsza przetłuszczanie się skóry, redukuje tworzenie się zaskórników i wyprysków oraz zwęża ujścia porów skóry. W przypadku skóry suchej, retinol sprzyja produkcji czynników nawilżających skórę, znacznie zwiększając stopień nawilżenia. Zastosowanie retinolu w odpowiedniej dawce w preparacie kosmetycznym warunkuje poprawę struktury i spoistości naskórka, odpowiada za wygładzenie skóry i redukcję zrogowaciałej warstwy, zapewnia cofanie się objawów fotostarzenia skóry. Ponadto pozwala na zastąpienie uszkodzonych słońcem i czynnikami zewnętrznymi komórek skóry nowymi i zdrowymi komórkami. Dodatkowo wpływa na pogrubienie i odnowę skóry, poprawę jej nawilżenia, a także gwarantuje rozjaśnienie przebarwień posłonecznych i hormonalnych, poprawę odporności i procesu gojenia. Poza tym zapewnia regulację produkcji łoju i redukcję zmian trądzikowych – w tym również blizn potrądzikowych oraz zapewnia zwężenie porów skóry, poprawę ukrwienia

aesthetica

i kolorytu, wygładzenie i zmniejszenie zmarszczek, poprawę konturu twarzy oraz zmniejszenie widoczności naczynek i cieni pod oczami, dzięki pogrubieniu cienkiego naskórka.

Witamina C

Witamina C – czyli kwas L-askorbinowy to witamina uczestnicząca w wielu procesach biochemicznych, a jednocześnie istotny i jeden z najlepiej przebadanych składników kosmetycznych. Witamina C jest silnym i efektywnym antyoksydantem, odpowiadającym za usuwanie wolnych rodników i jednocześnie wspomagającym ochronę przeciwśłoneczną. Ponadto jest to składnik stymulujący syntezę kolagenu. Wiadomo także, że hamuje aktywność MMP-1 – enzymu z klasy metaloproteinaz odpowiedzialnych m.in. za rozkład kolagenu i elastyny. Witamina C wykazuje również działanie przeciwzapalne, stymuluje proces gojenia oraz warunkuje rozjaśnianie przebarwień. Wiadomo także, że przy odpowiednio niskim pH działa lekko złuszczająco i rozjaśniająco, dzięki czemu zapewnia rozświetlenie i poprawę kolorytu poszarzałej skóry. Jednocześnie hamuje produkcję pigmentu i tym samym jest skuteczna w redukowaniu przebarwień i rozjaśnianiu piegów. Zwiększa także gęstość skóry właściwej, poprawia elastyczność skóry i warunkuje spływanie drobnych zmarszczek powierzchniowych. Ponadto, dzięki poprawianiu mikrocyrkulacji krwi i zwiększaniu mechanicznej odporności ścian naczyń włosowatych, warunkuje zmniejszanie zaczerwienienia skóry i może być pomocna przy problemach z naczynekami i sińcami pod oczami. Wiadomo także, że witamina C stymuluje produkcję ceramidów w skórze, odpowiada za poprawę stanu bariery lipidowej naskórka, dzięki czemu skóra staje się bardziej odporna na działanie szkodliwych czynników

zewnątrznych i jest lepiej nawilżona. Witamina C wykazuje też działanie łagodzące i przeciwzapalne, stąd może być stosowana u osób z atopowym zapaleniem skóry bądź przebarwieniami potrądzikowymi. Należy także wspomnieć o jej działaniu immunostymulującym i wspomaganiu ochrony przed promieniowaniem UV. Witamina C zastosowana w odpowiedniej formule szybko wnika w głąb skóry i pozostaje w niej przez okres 3 dni.

Witamina E

Witamina E jest najskuteczniejszym antyoksydantem rozpuszczalnym w tłuszczach. Zastosowana w preparatach kosmetycznych wnika głęboko w skórę i chroni przed stresem oksydacyjnym wszystkie składniki tłuszczowe skóry. Dzięki takiemu działaniu zapobiega fotostarzeniu się skóry, spowodowanemu niekorzystnym działaniem promieniowania słonecznego, a także chroni skórę przed powstawaniem zmian nowotworowych. Dodatkowo chroni przed poparzeniem słonecznym, odpowiada za łagodzenie rumienia i podrażnień skóry, a także wzmacnia naturalne mechanizmy ochronne. Wiadomo również, że działa przeciwzapalnie i sprzyja gojeniu oraz regeneracji uszkodzonego naskórka. Odpowiada też za poprawę stanu ulegającej osłabieniu z wiekiem bariery lipidowej naskórka (odnawia lipidy międzykomórkowe, nazywane cementem skóry), dzięki czemu zapewnia lepsze nawilżenie skóry, zwiększenie jej elastyczności, warunkuje wygładzenie drobnych zmarszczek. Poza tym gamma-tokoferol hamuje nadmierną produkcję melaniny, dzięki czemu możliwa jest redukcja powstawania przebarwień oraz zmniejszenie już istniejących plam. Witaminę E często łączy się z witaminą C w celu wzmocnienia ich wzajemnego działania.