Concha Huerta, vocal de Dermofarmacia del COFGU

"No siempre es lo mismo una piel sana que una piel bonita"



Concha Huerta, vocal de Dermofarmacia, Docencia e Investigación del COFGU, defiende el papel del farmacéutico en la prevención, el cuidado de la barrera cutánea y el asesoramiento dermocosmético basado en la evidencia científica.

La piel es mucho más que una cuestión estética: constituye la primera barrera de protección del organismo y desempeña un papel esencial en nuestra salud. Con motivo del Día Mundial del Cuidado de la Piel, hablamos con Concha Huerta, vocal de Dermofarmacia, Docencia e Investigación del Colegio Oficial de Farmacéuticos de Guadalajara (COFGU), sobre la importancia de preservar una piel sana, el papel de la dermofarmacia en la prevención y el valor diferencial del consejo farmacéutico.

¿Qué características debe reunir una piel sana desde el punto de vista de la dermofarmacia?

Es importante aclarar que no siempre es lo mismo una ''piel sana'' que una ''piel bonita''. Para aprender a diferenciarlas es importante valorar la capacidad funcional de la piel para ejercer sus funciones principales: acción barrera, defensa, regulación y reparación. Una piel puede presentar pequeñas imperfecciones cosméticas (como pecas o ligeras diferencias de tono) y seguir considerándose sana si estas funciones están preservadas.

La dermofarmacia tiene como objetivo mantener y restaurar la barrera cutánea para conservar la hidratación, reducir la sensibilidad y favorecer el equilibrio de la microbiota, contribuyendo así a mantener una piel sana.

"LA DIFERENCIA ENTRE LAS OFICINAS DE FARMACIA Y OTROS ESTABLECIMIENTOS NO DEBE MEDIRSE ÚNICAMENTE POR EL PRECIO DE LOS PRODUCTOS"





¿Se puede hablar de piel sana en personas con patologías dermatológicas crónicas bien controladas?
Desde un punto de vista funcional, si la enfermedad está bien controlada, podemos hablar de piel sana.

Un ejemplo es la dermatitis atópica: aunque existe una predisposición genética y la barrera cutánea es más vulnerable, durante los periodos de remisión la piel puede mantener una función barrera adecuada y considerarse clínicamente sana.

Estos pacientes suelen beneficiarse de una rutina dermocosmética continuada. El uso diario de limpiadores suaves, emolientes o productos reparadores ayuda a prolongar los periodos de remisión y disminuir la frecuencia e intensidad de los brotes.

¿Qué señales tempranas pueden alertarnos de que la piel está perdiendo su equilibrio antes de que aparezca una patología?
Aunque muchos son inespecíficos, hay varios signos y síntomas que pueden poner de manifiesto la aparición de algunas patologías cutáneas y nos ayudan a intervenir de forma precoz en su cuidado. Algunos pueden ser: sequedad y descamación, escozor, picor o una ligera quemazón, enrojecimiento o una mayor reactividad de la piel a factores externos. Todos ellos son señales de que la función barrera puede estar deteriorándose y constituyen una oportunidad para actuar de forma preventiva.

¿Qué patologías cutáneas observa con mayor frecuencia en la farmacia comunitaria y cuáles podrían prevenirse o mejorar con unos hábitos adecuados?
La mayoría de las consultas que atendemos en la oficina de farmacia son por patologías cutáneas menores, pero no por ello menos importantes. Suelen estar relacionadas con alteraciones de la función barrera de la piel, infecciones leves y trastornos inflamatorios. Muchas de ellas pueden prevenirse o mejorar mediante hábitos adecuados de higiene, hidratación y fotoprotección. Las más habituales son las dermatitis, el acné, las micosis cutáneas, la xerosis y las quemaduras solares.

¿Qué papel tiene la fotoprotección dentro del cuidado diario de la piel durante todo el año?
La fotoprotección es uno de los pilares más importantes del cuidado diario de la piel, y conviene mantenerla durante todo el año. Desde las oficinas de farmacia intentamos informar sobre la importancia de la fotoprotección, destacando las consecuencias negativas que tiene la radiación solar: el envejecimiento prematuro, riesgo para padecer cáncer de piel, hiperpigmentación y daño sobre la barrera cutánea.

Desde el Colegio de Farmacéuticos de Guadalajara, junto al Ayuntamiento de nuestra capital, este año hemos puesto en marcha una campaña de fotoprotección dirigida a los jóvenes para fomentar hábitos saludables desde edades tempranas.



¿Hasta qué punto el exceso de productos y rutinas cosméticas puede acabar perjudicando la salud de la piel?
El uso excesivo de productos cosméticos y la realización de rutinas de cuidado demasiado complejas o no recomendadas para nuestro tipo de piel pueden llegar a alterar la barrera cutánea favoreciendo la aparición de irritación, enrojecimiento, sequedad, descamación o brotes de acné.

En los últimos años, en dermofarmacia ha aparecido un nuevo perfil de consumidor influenciado por las redes sociales. La cosmeticorexia es la obsesión por el cuidado facial y la compra compulsiva de cosméticos, un fenómeno que afecta cada vez más a niños y adolescentes que terminan siguiendo rutinas que, muchas veces, no responden a las necesidades reales de su piel.

Esta es una razón más por la que la diferencia entre las oficinas de farmacia y otros establecimientos no debe medirse únicamente por el precio de los productos, sino por el valor del consejo de un profesional formado.



"LA DERMOFARMACIA DEBE EVOLUCIONAR HACIA UNA ATENCIÓN BASADA EN LA EVALUACIÓN INDIVIDUAL DE CADA PACIENTE"

¿Qué valor aporta el consejo farmacéutico en la selección y seguimiento de las rutinas dermocosméticas?
El consejo farmacéutico es fundamental a la hora de elegir una rutina cosmética segura, adecuada a las necesidades de cada persona y fácil de mantener en el tiempo. Además, puede contribuir a prevenir un uso inadecuado de los productos y a detectar cuándo es necesario derivar al médico o al dermatólogo.

¿Qué competencias diferencian el consejo dermofarmacéutico del que puede encontrarse en otros canales de venta de productos cosméticos?
El consejo dermofarmacéutico está respaldado por la formación sanitaria del farmacéutico y por un enfoque centrado en la salud de la piel, no solo en la comercialización del producto.

Las competencias esenciales identificadas en nuestro trabajo abarcan: fisiología y patologías cutáneas, formulación dermocosmética, fotoprotección, seguridad y legislación cosmética, atención farmacéutica personalizada y evaluación crítica de la evidencia científica.

En definitiva, toda la formación que recibe el farmacéutico hace que su consejo aporte un valor diferencial al combinar el conocimiento científico de los productos con la atención farmacéutica personalizada, priorizando la eficacia, la seguridad y la salud de la piel de cada paciente.

Como vocal de Dermofarmacia e Investigación y Docencia, ¿qué aspectos considera prioritarios para seguir impulsando la dermofarmacia en la farmacia comunitaria en los próximos años?
Me parece imprescindible la formación continuada, pero no solo para impulsar la dermofarmacia. Creo que la nuestra es una profesión viva, que cambia y se actualiza constantemente, y no podemos quedarnos atrás si queremos dar un valor añadido a nuestras dispensaciones. Desde el Colegio de Farmacéuticos de Guadalajara organizamos distintas charlas y cursos con formación específica de interés para nuestros colegiados y, aunque por la geografía de nuestra provincia a veces es complicado asistir, procuramos ofrecer también formaciones online para llegar al mayor número de participantes posible.

La dermofarmacia debe evolucionar hacia una atención basada en la evaluación individual de cada paciente, teniendo en cuenta su tipo de piel, antecedentes, tratamientos concomitantes y objetivos, más allá de la simple recomendación de un producto. Por ello, creo que de forma interna, cada farmacia debería protocolizar el servicio de dermofarmacia y hacer un seguimiento de sus pacientes.

¿Qué iniciativas está impulsando el Colegio Oficial de Farmacéuticos de Guadalajara para promover la formación y la actualización de los farmacéuticos en el ámbito de la dermofarmacia?
El 25 de septiembre organizaremos en Brihuega los actos del Día Mundial del Farmacéutico. Una de las ponencias será impartida por Tomás Muret, vocal nacional de Dermofarmacia del Consejo General de Colegios Farmacéuticos, en la que hablará de cómo profesionalizar el servicio de dermofarmacia y su importancia para transformar la venta de cosméticos en un servicio clínico enfocado en la salud integral de la piel.



"LA SALUD DE LA PIEL DEBE ABORDARSE DESDE LA PREVENCIÓN, LA EVIDENCIA CIENTÍFICA Y LA CONTINUIDAD EN LOS CUIDADOS"

Por otra parte, organizaremos varias jornadas con laboratorios de gran relevancia en el campo de la dermofarmacia para formar a nuestros colegiados en el consejo farmacéutico personalizado dirigido al paciente oncológico con el objetivo de mejorar la calidad de vida del paciente y su adherencia al tratamiento médico.

Con motivo del Día Mundial del Cuidado de la Piel, ¿qué mensaje clave trasladaría tanto a los profesionales sanitarios como a la población para mantener una piel sana a largo plazo?
La salud de la piel debe abordarse desde la prevención, la evidencia científica y la continuidad en los cuidados.

Como farmacéutica, considero que la piel no debe entenderse únicamente desde una perspectiva estética, sino como un órgano esencial que desempeña funciones de barrera, protección e inmunidad. Por ello, mantenerla sana requiere un enfoque integral basado en hábitos saludables, una correcta fotoprotección, una higiene y una hidratación adaptadas y el uso de productos respaldados por la evidencia.

Los profesionales sanitarios tenemos la responsabilidad de educar, prevenir y acompañar al paciente en el cuidado de su piel. La farmacia comunitaria, por su cercanía y accesibilidad, ocupa una posición estratégica para identificar necesidades, promover hábitos de autocuidado, favorecer la adherencia a los tratamientos dermatológicos y detectar de forma precoz signos de alarma que requieran derivación al dermatólogo o al médico de Atención Primaria.