

—| Meritxell Martí, farmacéutica y experta en dermofarmacia

“El mejor fotoprotector es aquel que la persona se aplica correctamente”

Meritxell Martí es farmacéutica y titular de la Farmacia Meritxell. Es una gran experta en salud con formación en diversos campos como la cosmética o la dermofarmacia. Destaca como especialista en formulación y es la creadora de Unique Pink Collagen.

Esta mujer emprendedora y muy inquieta intelectualmente, abrió su botica en Andorra a los pocos meses de terminar la carrera, bajo un prisma novedoso e internacional, centrándose en los productos antienvjecimiento. Su visión estratégica le llevó a ser pionera en el mundo de Internet ya que creó la primera página web de farmacia en español en el año 1998.

También fue de las primeras en introducir en España, la melatonina para dormir mejor en el año 2003 y, en 2019, para ‘estar más guapos’, introdujo el revolucionario colágeno y lo ‘tintó’ de rosa con remolacha. Y sigue innovando...



¿Qué idea revolucionaria le da vueltas actualmente en la cabeza?

Estoy constantemente pensando en nuevos productos que realmente aporten algo diferente. De hecho, acabo de lanzar un producto revolucionario en la forma de aportar lípidos esenciales y no esenciales a nuestro organismo, sin necesidad de recurrir a aceite de pescado ni a microalgas, ya que está formulado exclusivamente a base de aceites vegetales. Se trata de una innovación total dentro de esta categoría, porque conseguimos un efecto



“DESDE EL PUNTO DE VISTA FARMACÉUTICO, CREO QUE LAS FÓRMULAS HÍBRIDAS REPRESENTAN UNO DE LOS AVANCES MÁS INTERESANTES”

equivalente desde un enfoque completamente distinto.

Además, antes de final de año nos gustaría lanzar un nuevo producto pensado para aportar nutrientes y ayudar de forma natural en el control del peso, siempre con las características propias de los productos Unique: excelente sabor, comodidad de uso y una fórmula fácil de tomar. Y aún hay más novedades en las que estamos trabajando y que todavía no podemos desvelar...

Abrió su farmacia con un claro enfoque internacional e innovador ¿qué criterios considera clave para recomendar un fotoprotector adecuado según tipo de piel, edad y hábitos de exposición solar?

Sí, desde el principio tuvimos muy claro que en Farmacia Meritxell debían encontrarse los productos más nuevos e innovadores, vinieran de donde vinieran. Y, dentro del abordaje del envejecimiento cutáneo, la lucha contra el fotoenvejecimiento es sin duda una de las claves. A la hora de recomendar un fotoprotector, para mí hay un criterio fundamental: que la persona realmente lo use. De poco sirve recomendar un producto excelente si luego, por su textura, por su acabado o simplemente por falta de comodidad, no se aplica de forma constante.

Por eso, la elección debe adaptarse siempre al tipo de persona, al tipo de piel, a la edad, a sus hábitos y también al entorno en el que vive. Creo que la sensorialidad es decisiva para favorecer la adherencia. En nuestro caso, trabajamos desde hace tiempo con fotoprotectores que aportan tono, cuyos pigmentos ayudan a embellecer visualmente la piel, afinan su aspecto y, además, resultan imperceptibles, agradables y muy cómodos de usar.

Desde la oficina de farmacia, ¿cuáles diría que son hoy los errores más frecuentes que cometen los pacientes al elegir o utilizar un protector solar?

Creo que sigue siendo utilizar un nivel de protección inferior al que realmente se necesita. Todavía existe la idea de que estar bronceado es sinónimo de verse mejor, sin ser conscientes de que esa exposición también conlleva riesgos importantes para la piel, tanto a corto como a largo plazo.

Otro error muy habitual es aplicar menos cantidad de la necesaria. Muchas personas creen que se protegen correctamente, pero usan una cantidad insuficiente, lo que reduce de forma importante la eficacia real del fotoprotector.


También vemos con frecuencia que algunos pacientes eligen fórmulas muy “naturales” o filtros exclusivamente físicos pensando que siempre serán la mejor opción, pero ocurre que no se las aplican bien o dejan de usarlas porque resultan difíciles de extender, densas o dejan un residuo blanco muy visible. Al final, el mejor fotoprotector es aquel que la persona se aplica correctamente, en la cantidad adecuada y de forma constante.

¿Qué avances en fotoprotección considera más relevantes desde el punto de vista farmacéutico?

Desde el punto de vista farmacéutico, creo que las fórmulas híbridas representan uno de los avances más interesantes, porque ofrecen un equilibrio muy coherente entre eficacia, tolerancia y cosmetividad. En la práctica, esto es muy importante, ya que una textura más agradable facilita mucho el uso diario y, por tanto, mejora la adherencia.

Pero si tuviera que señalar el avance más relevante en fotoprotección en los últimos





“CREO QUE LA SENSORIALIDAD ES DECISIVA PARA FAVORECER LA ADHERENCIA DE LOS FOTOPROTECTORES”

años, destacaría sin duda la evolución de las texturas. Hoy sabemos que no basta con que un fotoprotector proteja bien: que se note lo menos posible, que sea realmente transparente, sin olor, con texturas ligeras y volátiles. Esto marca una gran diferencia en la aceptación por parte del paciente.

Al final, el gran avance no es solo tecnológico desde el punto de vista del filtro, sino también en la capacidad de formular productos que las personas quieran usar de verdad cada día.

¿Cómo puede la farmacia reforzar el mensaje de fotoprotección diaria durante todo el año?

La farmacia tiene un papel imprescindible a la hora de reforzar este mensaje, especial-



“A LA HORA DE RECOMENDAR UN FOTOPROTECTOR, PARA MÍ HAY UN CRITERIO FUNDAMENTAL: QUE LA PERSONA REALMENTE LO USE”

mente a través del consejo personalizado. Cuando detectamos que una persona no va a utilizar un protector solar específico cada día, una buena alternativa puede ser recurrir a un cosmético más completo que ya incorpore filtro solar en su formulación, para facilitar la adherencia sin renunciar a la protección.

La luz azul y la contaminación se han incorporado al discurso de la fotoprotección. ¿Hasta qué punto son factores que deben tenerse en cuenta al recomendar un protector solar?

La contaminación y la luz azul también deben tenerse en cuenta, aunque sin olvidar que el principal factor de daño sigue siendo la radiación solar. El primero favorece el estrés oxidativo y acelera el envejecimiento cutáneo y la luz azul también puede influir en la aparición de manchas y en el deterioro de la piel. Por eso, cada vez es más importante recomendar fotoprotectores más completos, no solo frente a UVA y UVB, sino también con ingredientes antioxidantes y, en algunos casos, con protección adicional frente a la luz visible.

Al final, se trata de adaptar la recomendación al estilo de vida de cada persona y a las necesidades reales de su piel.

En farmacia vemos cada vez más demanda de fotoprotección complementaria, como nutricosméticos o antioxidantes orales. ¿Qué evidencia existe y en qué casos pueden ser un buen complemento?

Sí, la nutricosmética puede ser una ayuda complementaria en fotoprotección. Hay evidencias como el *Polypodium leucotomos*, que ha mostrado utilidad como coadyuvante en fotoprotección y en algunas situaciones como el melasma o ciertas fotodermatosis; los carotenoides y la astaxantina por su acción antioxidante y su

posible apoyo frente al daño inducido por la radiación UV, aunque la evidencia es más variable y no todos los ingredientes tienen el mismo nivel de respaldo.

En la práctica, yo los plantearía como un buen complemento en personas con alta exposición solar, tendencia a manchas, pieles especialmente sensibles al sol o en pacientes en los que queremos reforzar la estrategia antioxidante y la resistencia cutánea.

En pacientes con patologías cutáneas – como rosácea, melasma o acné–, ¿qué características debería tener un fotoprotector para no empeorar el cuadro clínico?

En pacientes con patologías cutáneas el fotoprotector debe elegirse muy bien para no empeorar el cuadro. En la rosácea, la exposición solar suele agravar los brotes por lo que conviene elegir fotoprotectores minerales micronizados o con color suelen ser especialmente bien tolerados en este tipo de piel; en el melasma, la protección debe ser muy alta y muy constante, en estos casos, los fotoprotectores con color y óxidos de hierro tienen un papel especialmente interesante, porque ayudan a proteger mejor frente a la luz visible y en el acné, aunque a veces el sol parece mejorar temporalmente la piel por su efecto secante y antiinflamatorio, a medio y largo plazo suele empeorar el problema, por eso conviene elegir fotoprotectores oil-free, no comedogénicos, ligeros y fáciles de usar a diario.

Además de los respondido en la primera pregunta ¿Qué proyectos tiene entre manos?

Sigo inmersa en varios proyectos. Por un lado, sigo trabajando en el desarrollo de nuevos productos dentro de Unique, una parte que para mí es especialmente importante y estimulante. Pero, además, también estoy empezando un nuevo proyecto en colaboración con una médica fabulosa, a la que admiro muchísimo. Y, por supuesto, también hay mucho trabajo en marcha en la farmacia. En Andorra se avecinan cambios importantes y debemos saber adaptarnos a esta nueva etapa y esa adaptación forma parte también de nuestros proyectos actuales, junto con otras líneas en las que llevamos tiempo trabajando, como la formulación personalizada, entre otras.

En definitiva, seguimos avanzando con mucha ilusión, con ganas de innovar y de seguir construyendo proyectos que aporten valor real.