**BOLSAS PALPEBRALES**

En mi experiencia la zona periocular es una de las principales preocupaciones tanto de mujeres como hombres, al ser una piel tan delicada y extremadamente fina es la primera en verse afectada y donde aparecen los primeros signos de envejecimiento, por lo que se convierte en una prioridad en el tratamiento preventivo y también correctivo para nuestros clientes.

Lo primero que debemos tener en cuenta es que la epidermis de los párpados tiene un número reducido de capa córnea que en el resto de la piel, sumado a que las glándulas sudoríparas son muy pequeñas y las glándulas sebáceas están poco desarrolladas, por lo que el manto hidrolipídico en esta área es pobre en agua y ácidos grasos, teniendo una protección natural pobre con tendencia a la deshidratación y sensible.

La dermis también es mucho más delgada y menos densa, por lo que se vuelve más propensa a la falcidez y ritides. La circulación venosa y linfática es más lenta, el aporte de oxígeno es mucho menor que en otras zonas del rostro, favoreciendo la aparición de ojeras y las bolsas.

Para establecer un tratamiento adecuado y que de un resultado visible, es primordial establecer el tipo de bolsas a tratar. Existen las que son de origen acuoso y las de origen graso. Cuando tenemos una predisposición genética a padecerlas y no tomamos los cuidados para prevenir su aparición, sin duda estas serán una alteración estética que nos acompañará siempre.

Las de origen acuoso, son ocasionadas por acumulación hídrica, son más prominentes por la mañana, según la medicina china esta retención de líquidos en zona palpebral nos dice que nuestros riñones tienen un bajo funcionamiento, debido a bajo consumo de agua, exceso de café, alcohol, tabaco, cansancio extremo o constantes situaciones de estrés, originando una deficiencia en la microcirculación linfática.

Las de origen graso, se debe a la dilatación de las membranas que retienen los compartimentos de grasa orbitaria, produciéndose una caída de la misma o pequeñas hernias, a esto le sumamos el aumento de volumen de grasa con la edad, según la medicina china este aumento de grasa nos alerta sobre una baja emulsión de las grasas por parte del hígado.

Para tener claridad en el momento de realizar nuestro diagnóstico te sugiero agregar las siguientes preguntas a tu ficha clínica.

* ¿Las bolsas son permanentes o tienden a aparecer o a ser mayores por la mañana, cuando se desvela, fuma, bebe alcohol o tiene mucho cansancio o tiene una situación estresante?

Si son permanentes son de origen graso, si tienden a aparecer o aumentar por los factores antes mencionados, son de origen acuoso.

* ¿Al presionar sobre la bolsa se forma un pequeño hoyuelo o depresión que desaparece lentamente?

Si la respuesta es afirmativa, estas bolsas son de origen acuoso, si es negativa porque no se forma ese pequeño hoyuelo y no hay tal depresión, son bolsas de origen graso.

Una vez que establecemos el tipo de bolsas a tratar, establecemos las siguientes recomendaciones generales de práctica diaria:

* Dormir de 7 a 8 horas diarias continuas, con la cabeza sobre almohadas que la eleven más que el resto del cuerpo.
* Evitar desvelarse, así como el consumo de alcohol y tabaco.
* Ejercitarse diariamente para mejorar la circulación venosa y linfática.
* Beber de 1.5 a 2 litros de agua al día.
* Aplicar unos minutos por la noche y la mañana un antifaz de gel, mismo que tendremos en el refrigerador siempre, el frío tiene acción descongestiva y drenante.
* Tener una alimentación baja en sodio e incluir todos aquellos que mejoren la actividad del riñón como el apio, piña, cebolla, diente de león, té verde.
* Disminuir el consumo de grasas saturadas.
* Realizar rutina de cuidado diario de día y noche. Limpieza con un producto específico para la zona de los ojos, la forma galénica puede ser en loción o gel, después aplicar un productos gel o cremi-gel que contenga activos específicos drenantes o lipolíticos, según sea el tipo de bolsa a controlar, es muy práctico que tenga una presentación en roll on y se conserve dentro del refrigerador para potenciar su acción; posteriormente si es de día, aplicar fotoprotección.

Tratamiento Profesional sugerido:

* Realizar linfodrenaje por lo menos una vez por semana.
* Luminoterapia LED dos veces por semana, el color rojo para bolsas de origen graso y color verde para bolsas de origen acuoso, con un tiempo de aplicación de 20 minutos. Aplicar el protocolo de tratamiento cosmetológico completo. Aplicar un mínimo de 8 sesiónesl.
* Diatermia Capacitiva de la marca MEDESTEC, que se puede aplicar libremente sobre palpebrales, realizar de 10 a 12 sesiones en las bolsas de origen acuoso y de 12 a 14 sesiones en las de origen graso.
* Utilizar ampolletas, parches de hidrogel específicos para la zona de los ojos, mascarillas hidroplásticas que contengan principios activos según el tipo de bolsas a tratar.
* Como tratamiento preventivo se recomienda por lo menos dos tratamientos por mes, para tratamiento correctivo un mínimo de 12 sesiones y observar resultados.

Principios activos que debemos buscar en nuestros productos profesionales para el tratamiento de esta alteración.

Descongestivos y drenantes: cafeína, extractos vegetales: equiseto, castaño de Indias, hiedra, *ginkgo*, rusco, té verde, péptidos y extractos marinos biotecnológicos: Eyeseryl®, Eyeliss®.

Estimulantes de la microcirculación cutánea: cafeína, gingsenosidos, extractos vegetales: árnica, ginkgo, *ginseng*, romero, rusco, vid roja.

Contra las ritides: vitamina A, C y E y sus derivados, peptidos de origen biotecnologico: Matrixyl ®, Rigin ®, Dermaxyl ®, fitoestrogenos, niacinamida, ceramidas, fosfolípidos, árbol de la seda (Prodizia ®), rambutan (Nepheline ®), semilla de girasol (Antiglyskin ®), células madre vegetales.

En conclusión todos aquellos activos que sean tensores, inhibidores de neurotransmisores, hidratantes, inhibidores de metaloproteinasas, microesferas de sílice deshidratada, partículas difusoras de la luz (pigmentos *soft focus*), sustancias antiglicación, relipidizantes, antioxidantes.

Recomendaciones para la aplicación de los productos cosméticos:

Tomar una pequeña cantidad de producto en la yema de los dedos y distribuirlo de manera suave con masajes y leves golpeteos, sobre el hueso orbital del extremo externo del ojo hacia el extremo interno, de fuera hacia dentro, hacer énfasis en las ritides del exterior del ojo, en esta zona sujetará la piel entre los dedos índice y medio y abrirla o extenderla suavemente y con el dedo anular de la otra mano realizar pequeños círculos por 20 a 30 segundos. Tener cuidado de aplicar productos muy cercano a las pestañas para no irritar el ojo.

Espero que esta información te sea útil y aplicable, me encantaría que la lleves a la práctica y me compartas los resultados que obtienes, que serán maravillosos, de eso estoy segura.

Gracias por leerme.

Mtra. Yessica Villa