

Nutricosméticos en Tricología

www.auroraguerra.com



Elena González Guerra

Aurora Guerra

Nutracéutico

- Sustancias naturales, de origen animal o vegetal, contenidas habitualmente en los alimentos, administradas por vía oral en cápsulas, pastillas, polvos o bebidas, para actuar directamente **sobre el organismo en general.**

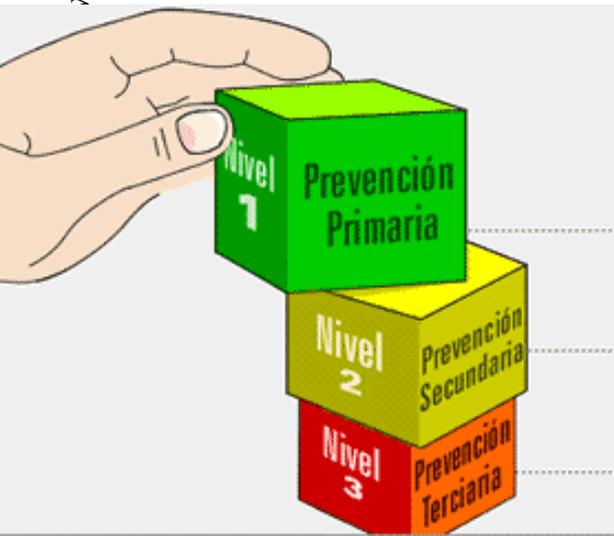


Nutricosmético

- Sustancias naturales, de origen animal o vegetal, contenidas habitualmente en los alimentos, administradas por vía oral en cápsulas, pastillas, polvos o bebibles, para actuar directamente **sobre la piel y el cabello.**



Para actuar directamente sobre la piel y el cabello



- Preventivo
- Coadyuvante

¿Cual es su fundamento?

- Corregir la oxidación
- Corregir alguna carencia



PERFIL BÁSICO DEL ESTRÉS OXIDATIVO

Descripción	Resultado	Valores indicativos de normalidad	Unidades
INDICADORES DE OXIDACION			
TBARS (MONODIALDEHIDO) 	A 5,6	1-2,6	mmol/L
NEUTRALIZANTES DE LOS RADICALES LIBRES			
ENDÓGENOS			
ÁCIDO URICO 	2,87	2,6-6,8	mg/dL
THIOLES TOTALES 	231,1	204-309	mmol/L
COENZIMA Q10 	0,89	0,4-1,1	mg/L
EXÓGENOS			
VITAMINA A (RETINOL) 	A 0,62	0,3-0,6	mg/L
VITAMINA E (ALFA-TOCOFEROL) 	12,42	5-16	mg/L
TOCOFEROL DELTA 	A 0,54	0,05-0,25	mg/L
TOCOFEROL GAMMA 	0,96	0,6-5	mg/L
CAROTENO ALFA 	330	25-425	mcg/L
CAROTENO BETA 	350	60-720	mcg/L
LUTEINA 	110	45-615	mcg/L
LICOPENO 	290	10-355	mcg/L
VITAMINA C. ACIDO ASCÓRBICO 	0,4	0,4-2	mg/dL
COFACTORES DE ENZIMAS ANTIOXIDANTES			
SELENIO EN SUERO 	119	50-150	mcg/L
ENZIMAS ANTIOXIDANTES			
SUPERÓXIDO DISMUTASA EN SANGRE 	504,3	450-700	U/g Hb
CATALASA 	24,9	23-47	U/gHb/seg-1

Carencias

- Efluvio telógeno agudo
 - Postpartum, radiación ultravioleta, dietas, estrés físico (cirugía, aborto), estrés emocional, enfermedades endocrinas (tiroides), infecciones (VIH, sífilis), procesos linfoproliferativos, enfermedad intestinal inflamatoria crónica, alteración hepática, amiloidosis, fármacos...



Carencias

- Efluvio telógeno crónico
 - MAGA
 - FAGA



Estudio SUVIMAX

(Suppléments en Vitamines et Minéraux Antioxydants)

- **Estudio BJELAKOVIK 200**
- **Estudio BJELAKOVIK 2012**

Estudio EPIC

(European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition)

Conclusiones

- Más de la mitad de la población no llega a cubrir los aportes diarios aconsejados RDA
- Una cuarta parte no llega ni al 50 % de las RDA.



Condiciones de uso

- **Pacientes seleccionados**
- **Sustancias autorizadas**
- **Biodisponibilidad**
- **Eficacia**
- **Sinergia**
- **Seguridad**



Condiciones

- **Pacientes seleccionados**
- **EFLUVIOS**
- **AGA**
- **NECESITADOS DE PLACEBO**



Condiciones

- **Sustancias**

- Taurina, Catequinas de te verde y pepitas de uva, Zinc, Cistina, Ácido pantoténico, Biotina, Cobre, Hierro, Biotina, Ácidos grasos esenciales, Vitamina C, Metionina...



Condiciones

- **Sustancias**

- Deficit: (andrógenos en exceso)
extractos lipídicos de *serenoa*
repens, *pygeum africanum*



Antiandrógenos



S.R

- ***Serenoa repens (Sabal Serrulata) y Pygeum africanum***
- Inhibición no competitiva de de 5α -reductasa I y II
 - Prager N, Bickett K, French N, Marcovici G. A randomized, **double-blind, placebo-controlled** trial to determine the effectiveness of botanically derived inhibitors of 5-alpha-reductase in the treatment of androgenetic alopecia. J Altern Complement Med. 2002 Apr;8(2):143-52).
 - Hombres de 23 a 64 años
 - Alopecia androgenética
 - Extracto lipídico de *Serenoa Repens* y *Pygeum Africanum*
 - 4 a 6 meses
 - 60% de los sujetos tratados notaron una mejoría
 - Ninguno empeoro
 - 11% del grupo placebo notaron mejoría
 - 33% empeoró
 - No efectos secundarios
- Chittur S, Parr B, Marcovici G. Inhibition of inflammatory gene expression in keratinocytes using a composition containing carnitine, thioctic Acid and saw palmetto extract. Evid Based Complement Alternat Med. 2011;2011:985345. doi: 10.1093/ecam/nep102. Epub 2011 Jun 8.
- Acción antiinflamatoria

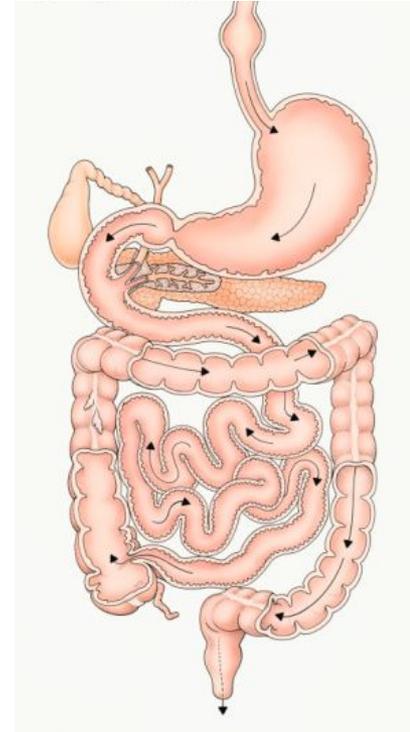


P.A.

Condiciones

- **Biodisponibilidad**

- Fracción de la dosis administrada que alcanza su diana terapéutica



Condiciones

- **Seguridad**
 - Que no produzca daño
- **Eficacia**
 - Capacidad de corregir una alteración fisiopatológica o disminuir/eliminar un determinado signo/sintomatología.
 - La eficacia surge de los resultados del estudio clínico controlado.



Condiciones

- **Sinergia**
 - la combinación potencia los efectos
 - Acido ascórbico regenera la vitamina E.
 - Glutation regenera a la vitamina C
 - Síntesis de glutatión a partir de otros precursores azufrados: lipoico, N acetil-cisteína...



Recomendaciones de ingesta

- Las **dosis de vitaminas y minerales** de los suplementos **deben respetar las C.D.R.** (Cantidades Diarias Recomendadas)
- No se trata de dosis farmacológicas sino de dosis nutricionales.



Ejemplos

Nutriente	Dosis	C.D.R.	Dosis diaria máxima
Vitamina C mg		60	180
Vitamina E mg		12	30
Vitamina B1 mg		1,3	4,2
Vitamina B2 mg		1,6	4,8
Vitamina B5 mg		5	18

Conclusiones

- Los cambios en el estado nutricional nos afectan globalmente.
- La dieta moderna a menudo favorece procesos inflamatorios y pro-oxidantes
- Es preciso intervenir aconsejando un mayor consumo de alimentos vegetales y de determinadas grasas esenciales.
- Ante la dificultad que ello supone en ocasiones, una buena alternativa es recurrir a nutricosméticos.
- Siempre que se cumplan las condiciones
 - Pacientes seleccionados
 - Sustancias autorizadas
 - Biodisponibilidad
 - Eficacia
 - Sinergia
 - Seguridad

**Nutricosméticos
en Tricología**



Elena González Guerra Aurora Guerra