Estrías

Publicado el: 05-02-2018

Las estrías son una parte normal de la pubertad para la mayoría de chicos y chicas. Cuando una persona crece o aumenta de peso muy deprisa (como ocurre durante la pubertad), le pueden aparecer unas líneas finas en la piel denominadas estrías. Las estrías aparecen cuando la piel se estira o da mucho de sí debido al rápido crecimiento. A pesar de que la piel suele ser bastante elástica, cuando se estira excesivamente, la producción normal de colágeno (la principal proteína encargada de fabricar el tejido conjuntivo de la piel) se altera. Consecuentemente, se pueden formar unas finas cicatrices denominadas estrías.

Si te has dado cuenta de que te han salido estrías en alguna parte del cuerpo, piensa que no estás solo/a. La mayoría de chicas y mujeres tienen estrías, que tienden a aparecer en los senos, muslos, caderas y nalgas. A muchas mujeres les salen durante el embarazo. Y, aunque son más frecuentes en las mujeres, los hombres también las pueden tener.

Las personas que están obesas suelen tener estrías. Los culturistas también son proclives a las estrías debido a los rápidos cambios que experimentan en el volumen corporal como consecuencia del culturismo. Las estrías también pueden aparecer cuando una persona utiliza cremas o lociones para la piel que contienen esteroides (como la hidrocortisona) durante más de unas pocas semanas, o tiene que tomar dosis elevadas de corticosteroides por vía oral durante varios meses o más tiempo.

Al principio, las estrías pueden tener el aspecto de líneas rojizas o tirando a moradas que se notan al tacto, al tener una textura diferente a la de la piel circundante. Afortunadamente, las estrías a menudo se van aclarando o difuminando hasta casi desaparecer con el paso del tiempo. Pero el hecho de que las estrías se suelen ir difuminando y resultan menos visibles con el paso del tiempo puede ser de escaso consuelo si tienes pensado pasarte la mayor parte del verano en traje de baño.

He aquí algunas de las cosas que puedes considerar si quieres disimular las estrías:

- Algunas personas constatan que los tratamientos bronceadores sin sol (tanto las lociones, cremas y sprays de venta sin receta médica como los tratamientos que se aplican en salones de belleza) ayudan a cubrir las estrías. Esto no es aplicable a los rayos UVA porque las estrías son menos proclives a broncearse con este tipo de rayos. Y, como todo el mundo sabe, tanto el sol como los rayos UVA hacen más mal que bien en lo que se refiere a la salud de la piel a largo plazo. También te puedes comprar un maquillaje corporal que sea del tono de tu piel para aplicártelo sobre las estrías a fin de hacerlas invisibles. Aunque algunos fabricantes tienen líneas de maquillajes resistentes al agua, probablemente el maquillaje no sea la mejor solución si tienes pensado pasar mucho tiempo en el agua.
- En lo que se refiere a la piscina o a la playa, la buena noticia es que la moda actual favorece muchos estilos de bañadores y trajes de baño que permiten ocultar las estrías. Los bañadores de hombre tipo short (conocidos entre los atletas porque no se suben cuando uno se mueve) permiten ocultar las estrías de las nalgas y la parte superior de los muslos. Y, puesto que muchos nadadores prefieren los trajes de baño de cuerpo entero o bañadores, que permiten ocultar las estrías en el pecho y el abdomen, suele haber multitud de estilos y modelos entre los que elegir.

- Aunque en el mercado hay multitud de cremas y otros productos cosméticos que dicen eliminar las estrías, lo cierto es que la mayoría son ineficaces y a menudo bastante caros. Las estrías no se pueden eliminar completamente sin la ayuda de un dermatólogo (un médico especializado en el tratamiento de problemas cutáneos) o un cirujano plástico. Estos especialistas pueden utilizar alguno de los muchos tipos de tratamientos disponibles –desde la cirugía propiamente dicha hasta técnicas como la microdermabrasión y el láser- que reducen la visibilidad de las estrías. Estas técnicas suelen ser caras y no son recomendables durante la adolescencia, cuando todavía no se ha acabado de crecer y lo más probable es que las estrías se acaben difuminando con el tiempo.

Fuente: <https://netsaluti.com>