



 cantabria labs
HELIOCARE

¿POR QUÉ TOMAR CÁPSULAS
DE FOTOPROTECCIÓN

ORAL?

El mejor complemento de la crema solar

¿Por qué tomar cápsulas de fotoprotección oral?

El sol es vida y nos gusta disfrutar de él con protección y hábitos saludables para nuestra piel durante todo el año. La ciencia nos ayuda a entender cada vez mejor el daño de la radiación en nuestra piel. Actualmente sabemos que las diferentes radiaciones que recibe nuestra piel no solo producen enrojecimiento, sino que generan radicales libres que dañan nuestro ADN, lo que a largo plazo produce daños mayores y deriva en problemas importantes como el cáncer de piel.

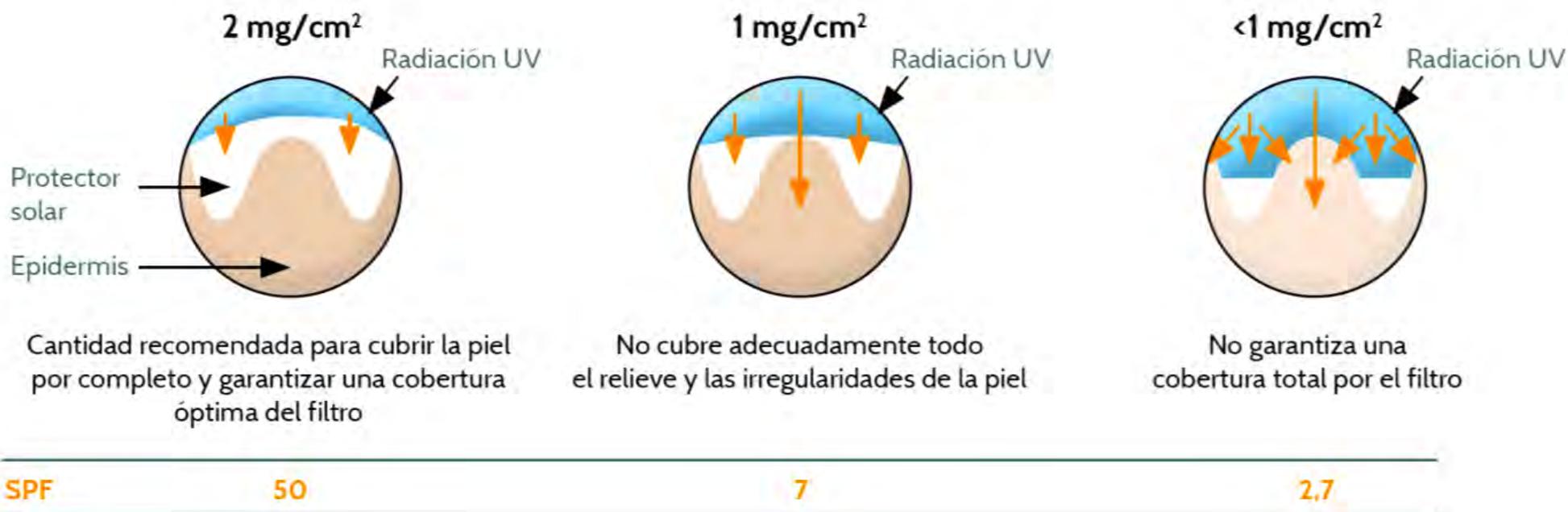




¿Sabías que más de la mitad de nuestra piel no está correctamente protegida cuando utilizamos únicamente fotoprotectores tópicos como cremas, lociones o sprays?

Incluso siguiendo las recomendaciones tradicionales de protección solar, la protección nunca será la ideal.

- ✓ La cantidad de protector solar que suele aplicarse es inferior a la cantidad recomendada (2 mg/cm^2)¹.



Limitaciones de la fotoprotección tópica



La aplicación no es siempre uniforme



Posible pérdida de eficacia debido al sudor, después de nadar o por la fricción



Parte de la radiación penetra en la piel igualmente



Pese a aplicarse correctamente, un protector solar de amplio espectro **tan solo reduce la producción de radicales libres en un 55 %²**



Las propiedades cosméticas de mala calidad desalientan una aplicación frecuente y abundante



Aplicar la crema solar no es fácil y pueden quedar zonas sin cubrir como la nuca, las orejas, los antebrazos o el empeine. Además, calcular la cantidad de producto recomendada es complicado. Una medida orientativa en el caso de cremas es aplicar lo que cabe en un dedo entero para la cara y lo que cabe en seis dedos para el cuerpo, mientras que cuando usamos solares en formato spray deberíamos de pulverizar un mínimo de 15 veces hasta cubrir bien cada zona.

Sin embargo, la realidad es que es muy complicado usar y reaplicar la crema solar, lo que reduce de forma exponencial la protección real frente al sol. Como consecuencia del mal uso de la fotoprotección tópica (cantidad inadecuada, falta de reaplicación cada dos horas y zonas desprotegidas), **hasta el 55% de nuestra piel queda desprotegida aunque apliquemos filtros solares**¹

¿Qué podemos hacer entonces para proteger la piel de forma correcta?





La solución está en combinar las cremas solares con las cápsulas de **fotoprotección** que consiguen hacer frente a los daños del sol desde el interior porque ayudan a multiplicar la resistencia de nuestra piel frente a la radiación solar.

¿La fotoprotección oral es solo para el verano? ¿Solo para personas con alguna alteración de la piel? ¿Los niños pueden tomarlas? Resuelve tus dudas sobre las cápsulas de protección solar y descubre todos sus beneficios para tener una piel saludable.

1) Ou-Yang H. et Al. J Am Acad Dermatol 2012;67:1220-7 / Couteau C et Al Int J of Pharmaceutics 2012; 437:250-252

Importancia de la fotoprotección oral para complementar la fotoprotección tópica

Los objetivos de la fotoprotección oral son:

- ❑ Compensar la aplicación inadecuada del protector solar
- ❑ Proteger todas las superficies corporales
- ❑ Ofrecer una protección que dura entre 5 y 6 horas y no desaparece
- ❑ Aportar beneficios adicionales más allá de la simple protección solar (p. ej., propiedades antioxidantes o inmunoprotectoras)

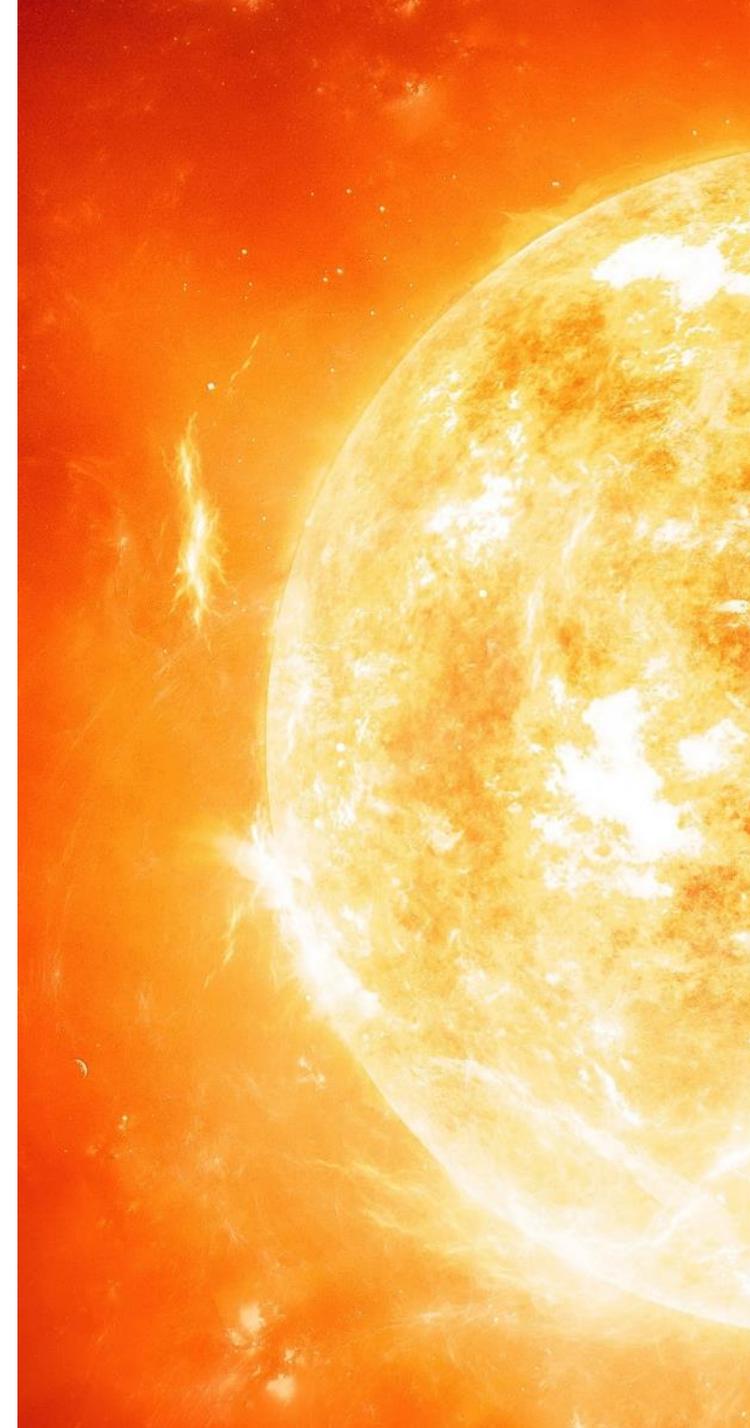
1.

¿Sabes cómo multiplicar la resistencia de tu piel frente a los daños de la radiación solar?

La intensidad de la radiación solar en España ha aumentado un 2,3% en los últimos diez años. Además, los últimos estudios afirman que tanto la radiación ultravioleta como la radiación infrarroja y la luz visible afectan negativamente a nuestra piel.

¿Qué efectos tienen cada una de estas radiaciones en la piel?

- Radiación ultravioleta: provoca enrojecimiento e inflamación de la piel, fotoenvejecimiento y daño directo en el ADN de las células de la piel.
- Luz visible: genera enrojecimiento y aparición de manchas.
- Radiación infrarroja: repercute directamente en el envejecimiento prematuro de la piel.



Parte de la radiación UV acaba penetrando siempre en la piel



FÓRMULAS TÓPICAS

- ◉ **Reducen la penetración UV**

- Mejoran los mecanismos propios de defensa de la piel
-

FORMULACIÓN ORAL

- ◉ **Limitan y previenen el daño UV**

- Mejoran los mecanismos propios de defensa de la piel
- Aportan protección sistémica

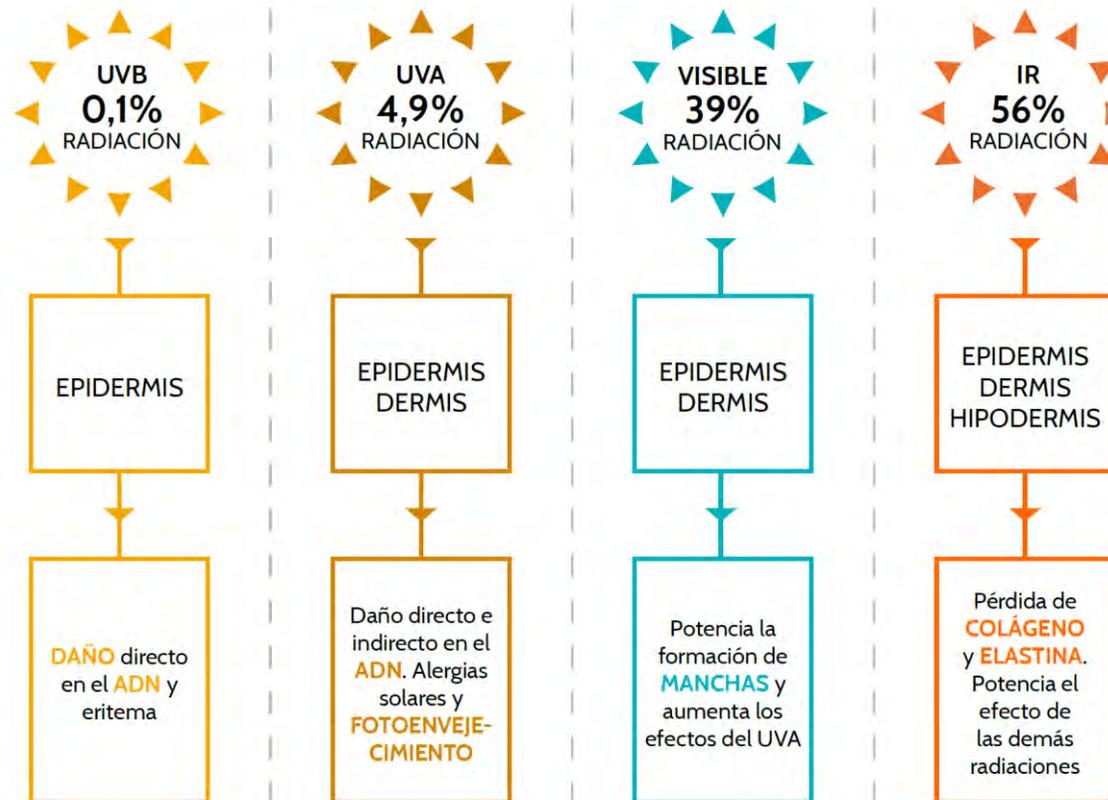
Antioxidante

Sistema
inmunitario

Estructura
de la piel

ADN

Las cápsulas de fotoprotección con Fernblock® multiplican la resistencia de la piel frente a los cuatro tipos de radiaciones (ultravioleta B UVB, ultravioleta A UVA, luz visible He-Vis e infrarroja IR-A) consiguiendo una protección uniforme. De hecho, la mayoría de los profesionales sanitarios recomiendan el uso de fotoprotección oral en combinación con las cremas solares durante todo el año.



*Hay que buscar productos
específicos para una correcta
protección frente a los cuatro
tipos de radiaciones que
llegan a la piel, como es el
caso de las cápsulas solares
de Heliocare*



2.

¿La fotoprotección oral es eficaz desde la primera toma?

Los dermatólogos y farmacéuticos aconsejan utilizar fotoprotección a diario durante todo el año.

Sin embargo, una de las principales ventajas de estas cápsulas es que gracias a su ingrediente principal: Fernblock[®], extracto exclusivo y estandarizado de *Polypodium leucotomos*, actúan desde la primera toma.

¡Son ideales para aquellas personas que realizan actividades al aire libre tomándolas media hora antes!

También son una buena opción para momentos puntuales y en aquellas ocasiones que exponemos nuestra piel al sol de forma inesperada.



3.

¿Qué es Fernblock[®]?

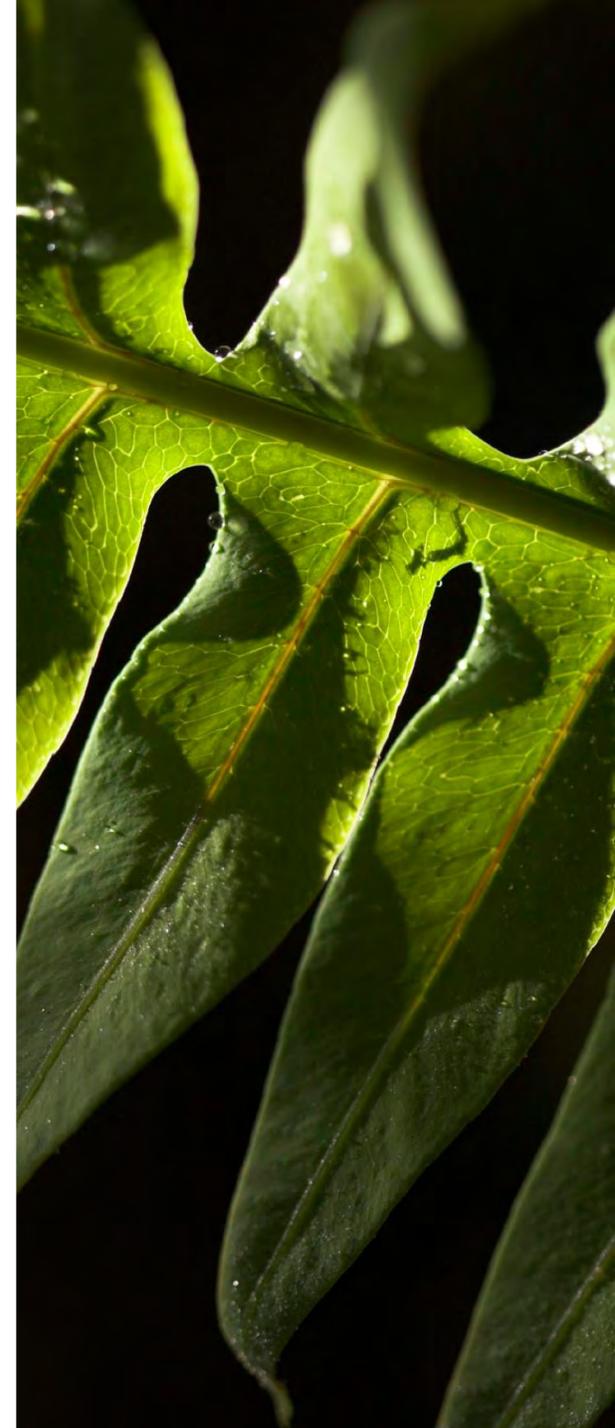
*¿Todos los extractos de
Polypodium leucotomos
son iguales?*

La tecnología Fernblock[®], patentada y presente en todos los fotoprotectores orales de Heliocare, consiste en un extracto único obtenido a partir del helecho tropical *Polypodium leucotomos* con propiedades que **activan mecanismos de defensa contra la radiación solar**, proporcionando a la piel una protección avanzada. **Este extracto y sus propiedades son únicos**² gracias a que se obtiene a partir de un proceso de extracción estandarizado de plantas seleccionadas que crecen en ambientes controlados de acuerdo con Estándares de Calidad Farmacéutica para garantizar eficacia y seguridad.

El resultado de este trabajo es la tecnología Fernblock[®] que **multiplica la resistencia de la piel al sol**³, preserva las defensas inmunológicas de la piel, protege y repara el daño solar, previene la aparición de manchas, reduce los cambios de pigmentación, actúa contra el envejecimiento cutáneo y tiene un alto poder antioxidante.

2- *Gonzalez S., Lucena R S., Delgado P. and Juarranz A. Comparison of several hydrophilic extracts of *Polypodium leucotomos* reveals different antioxidant moieties and photoprotective effects in vitro. *Journal of Medicinal Plants Research*. 2018; Vol13 (17).

3-6. Schalka S. et al. The benefits of using a compound containing *Polypodium leucotomos* extract for reducing erythema and pigmentation resulting from ultraviolet radiation. *Surg Cosmet Dermatol* 2014;6(4):344-8.



La tecnología Fernblock® surgió de una investigación del Grupo Cantabria Labs junto al equipo de investigación del Dr. Fitzpatrick de la Universidad de Harvard (Harvard Medical School) con el objetivo de desarrollar un mecanismo de protección completo frente al sol.

Demostaron que este extracto no solo ayuda a evitar los daños inmediatos como las quemaduras solares, sino que aporta también una protección capaz de prevenir los efectos negativos a largo plazo como el daño en el ADN, el envejecimiento de la piel, la pérdida de defensas o las alergias solares.

Fernblock® multiplica la resistencia de la piel frente a la radiación solar.

De izquierda a derecha:
(1) Dr. Fitzpatrick, "Fundador" de la dermatología moderna; (2) Juan Matji, CEO de Cantabria Labs, (3) Dr. Pathak, Harvard Medical School

De *Polypodium leucotomos* a

Fernblock®
Photoimmunoprotection Technology
Exclusivo extracto estandarizado de *Polypodium leucotomos*

En colaboración con
HARVARD
MEDICAL SCHOOL

Más de 1000 pacientes

Extensas investigaciones científicas y médicas

Más de 60 publicaciones en revistas internacionales destacadas



4.

¿Es eficaz y segura? ¿Está avalada científicamente?

La tecnología Fernblock® cuenta con más de 60 estudios y publicaciones científicas en las revistas de Dermatología más prestigiosas del mundo.

Un ejemplo es el estudio elaborado por la Dra. Alicia Zamarrón y otros colaboradores publicado en la revista científica *International Journal of Molecular Sciences* que demuestra que el uso de esta tecnología previene el daño cutáneo, además del envejecimiento causado por la exposición a la radiación infrarroja, la luz visible y la contaminación.

Otras investigaciones en esta línea afirman que la **fotoprotección oral de Heliocare contribuye a frenar la pérdida de colágeno y elasticidad en la piel producida también por la radiación infrarroja y la luz visible.**

Todos estos beneficios de las cápsulas de Heliocare han sido investigados durante más de 40 años y han demostrado su eficacia y seguridad en más de 1.200 usuarios.

Fernblock®
Photoimmunoprotection Technology

Unique standardised extract of
Polypodium leucotomos

Photochemistry and Photobiology

JOURNAL OF
INVESTIGATIVE DERMATOLOGY

BJCP British Journal of
Clinical Pharmacology

DERMATOLOGIC
THERAPY

ANTICANCER RESEARCH
International Journal of Cancer Research and Treatment

Photodermatology
Photoimmunology & Photomedicine

Phytotherapy
Research

American Academy of Dermatology

JEADV EADV
Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology

The American Journal of
PATHOLOGY
Cellular and Molecular Biology of Disease

Pharmacological
research

Medicina
Cutánea

Pharmaceutical
Biology

Journal of
Photochemistry
and
Photobiology

DRUGS OF
TODAY

Experimental Dermatology

BRAZILIAN JOURNAL
OF MEDICAL AND BIOLOGICAL RESEARCH

DERMATOLOGICAL
SCIENCE

International
Immunopharmacology

Journal of
Dermatological
SCIENCE

Fernblock®

Photoimmunoprotection Technology

Unique standardised extract of
Polypodium leucotomos

Fernblock® va más allá de la fotoprotección tradicional y aporta nuevos niveles de protección de la piel.

Rico en antioxidantes con protección solar específica, protección y reparación del ADN, defensa inmunológica, control de la pigmentación y propiedades antienvjecimiento.

1. Torricelli P, et al. Photodermatol Photoimmunol Photomed. 2017;33(3):156-63. 2. Middelkamp-Hup MA, et al. J Am Acad Dermatol. 2004;51(6):910-8. 3. Zattra E, et al. Am J Pathol. 2009;175(5):1952-61. 4. Capote R, et al. J Photochem Photobiol B. 2006;82(3):173-9. 5. Middelkamp-Hup MA, et al. J Am Acad Dermatol. 2004;50(1):41-9. 6. Goh CL, et al. J Clin Aesthet Dermatol. 2018;11(3):14-9. 7. Alonso-Lebrero JL, et al. J Photochem Photobiol B. 2003;70(1):31-7. 8. Phillips N, et al. Arch Dermatol Res. 2009;301(7):487-95. 9. Zamarrón A, et al. Int J Mol Sci. 2018 ;19(8). pii: E2250. 10. González S, et al. Photodermatol Photoimmunol Photomed. 1997;13(1-2):50-60.



PROTECCIÓN Y REPARACIÓN DEL ADN

Daño UVB: Aumenta y acelera la reparación de CPD.¹⁻³
Daño UVA: Previene la formación de 8-ox-dGuanina y acelera su reparación³



Protege y repara el daño en el ADN causado por la radiación UVA y UVB



DEFENSA INMUNOLÓGICA

Protege las células de Langerhans y preserva su funcionalidad^{1,2,4,5}



Preserva las defensas inmunológicas de la piel



CONTROL DE LA PIGMENTACIÓN

Reduce la respuesta pigmentaria y la intensidad⁶



Previene y reduce la hiperpigmentación



PROPIEDADES ANTIENVEJECIMIENTO

Antioxidante. Protege los fibroblastos y estimula su proliferación. Aumenta el colágeno, la elastina y el ácido hialurónico⁷⁻⁹



Protege frente al fotoenvejecimiento



ACTIVIDAD ANTIOXIDANTE

Potente acción frente al anión superóxido O₂⁻, uno de los radicales libres más agresivos desencadenados por la radiación solar



Neutraliza los radicales libres



PROTECCIÓN SOLAR

Multiplica:
MED - Dosis Eritematosa Mínima (UVB) hasta por 3.
MPD - Oscurecimiento Pigmentario Mínimo (UVA) hasta por 7¹⁰



Aumenta la resistencia de la piel al sol

5.

¿Hay una fotoprotección oral específica para cada persona?

Para pieles con alteraciones

Cada año se diagnostican 78.000 nuevos casos de cáncer cutáneo en España y el principal factor de riesgo es la radiación solar. Para prevenir este y otros problemas relacionados con el sol, los profesionales sanitarios recomiendan proteger la piel durante todo el año.



¿Por qué es tan importante la protección solar los 365 días del año en personas con piel atópica?

La protección solar avanzada (crema solar junto con las cápsulas de fotoprotección) permite reforzar el sistema inmunológico, evitar infecciones y la inflamación de los tejidos más superficiales de la piel que a su vez provocan tirantez, molestias y picores.

Todos estos factores son muy importantes también en personas con alguna alteración de la piel como la rosácea o la dermatitis atópica porque la exposición solar agrava los síntomas con la aparición de rojeces y picores.

Otras como el acné parecen mejorar con el sol, pero en realidad, solo produce una falsa sensación que se revierte con un efecto rebote. También es muy importante una protección solar adecuada en patologías que requieren una exposición solar controlada, como el vitíligo o la psoriasis.

Para fotoenvejecimiento y manchas



La exposición solar tiene una relación directa con el envejecimiento cutáneo porque los distintos tipos de radiaciones reducen la actividad de los fibroblastos (células responsables de la producción de colágeno) y provocan la inflamación de la piel y la degradación de proteínas como el colágeno y la elastina. Este proceso tiene como consecuencia la pérdida de elasticidad y la aparición de arrugas y líneas de expresión.

Además, la radiación solar causa un engrosamiento epidérmico que se traduce en una textura de la piel más irregular y en un cambio en su tono con la aparición de manchas oscuras, sobre todo, en el rostro, el cuello, el escote y los brazos.

Y, ¿qué tipo de radiaciones causan la aparición de arrugas, líneas de expresión y flacidez en la piel? **El envejecimiento prematuro de la piel relacionado con la exposición al sol se debe no solo a la radiación ultravioleta, efectos ya conocidos desde hace tiempo, sino también a los rayos infrarrojos y a la luz visible.**

En concreto, la radiación ultravioleta de tipo A y los rayos infrarrojos son los principales responsables de los signos visibles de la edad relacionados con la elasticidad de la piel. Por otro lado, numerosos estudios asocian la exposición a la luz visible con la aparición de manchas. Por estos motivos, es importante protegerse frente a todo el espectro de la radiación solar para prevenir el envejecimiento prematuro de la piel y reparar los daños solares acumulados en las primeras etapas de la vida.



“La radiación es responsable del fotoenvejecimiento que se manifiesta con la aparición de manchas, arrugas y pérdida de firmeza y problemas a largo plazo como el cáncer de piel”

María Rojo, adjunta en la Farmacia de Leticia Santamaría Ugalde



Hay que destacar que las cápsulas de Heliocare con Fernblock® no sólo ayudan a prevenir estos daños y a proteger frente a los cuatro tipos de radiaciones que llegan a la piel (UVB y UVA, visible e infrarroja), si no que han demostrado reducir **un 33% la intensidad de las manchas** ⁴.

El aliado perfecto para prevenir y combatir los signos visibles del fotoenvejecimiento así como la aparición de manchas es Heliocare oral cápsulas, gracias a la combinación de la tecnología Fernblock® con otros activos de eficacia avalada como la cisteína, la inulina y la niacinamida.



4- *Goh, CL et al. "Double-blind, Placebo-controlled Trial to Evaluate the Effectiveness of Polypodium Leucotomos Extract in the Treatment of Melasma in Asian Skin: A Pilot Study". J Clin Aesthet Dermatol. 2018;11(3):14–19. En el estudio se compararon dos grupos: el grupo placebo, tratado con un despigmentante al 4% y fotoprotector tópico, y el grupo PLE, tratado con un despigmentante al 4%, fotoprotector tópico y 480 mg de Fernblock oral. La duración del estudio fue de 84 días.

Para los deportistas

Al realizar deporte al aire libre los problemas para aplicarse la crema solar son mayores, sobre todo, con equipamiento especial como gorros, guantes o gafas que dificultan extender el fotoprotector en zonas olvidadas como la nuca.



Además, cuando hacemos deporte tendemos a quitarnos ropa como sudaderas y chaquetas para quedarnos en manga corta, dejando expuestas partes del cuerpo donde no solemos aplicar crema solar si no estamos en la playa. A las dificultades para aplicar las cremas solares se añaden el sudor y el contacto con agua o toallas, de manera que, la protección va perdiendo eficacia más rápidamente y la piel queda más desprotegida frente a la radiación solar.

Es importante tener en cuenta que, aunque la radiación solar se asocia a los días de verano, sobre todo, a la franja horaria comprendida entre las 12:00 y las 16:00 horas; parte de la radiación siempre acaba penetrando en la piel durante todo el año, incluso en los días nublados.

La nieve refleja entre el 75% y el 90% de la radiación solar, lo que hace imprescindible que protejamos la piel si vamos a practicar algún tipo de deporte o pasar un día en familia en la montaña.

Para un bronceado responsable

El 95% de los jóvenes tiene malos hábitos relacionados con la fotoprotección que pueden derivar en el futuro en el desarrollo de enfermedades de la piel. ¿Cómo es posible que ocurra esto con toda la concienciación que existe sobre el daño solar? A pesar de la información disponible y de las múltiples campañas que advierten de lo perjudicial que puede resultar el sol, la mayoría de los jóvenes asocian la piel morena con el ideal de belleza y con una práctica saludable exenta de riesgos.

Sin embargo, la exposición solar sin ningún tipo de protección para conseguir una piel morena de forma rápida no solo es peligroso para la salud, sino que acelera el envejecimiento de la piel y la aparición de manchas.

Por ello, es necesario optar por un bronceado responsable compatible con una fotoprotección avanzada. La tecnología que existe hoy en día permite fórmulas que combinan ambos conceptos. Para estos casos, **Heliocare Oral Cápsulas** es la solución perfecta porque gracias a su combinación de la tecnología Fernblock® con betacarotenos y antioxidantes ofrecen una protección avanzada a la vez que favorecen el bronceado de la piel.



6.

No olvides que...



La fotoprotección oral de Heliocare es la mejor forma de sumar protección, complementando la crema solar.

Las cápsulas de Heliocare contrarrestan las dificultades de aplicación de la fotoprotección tópica (cantidad de producto insuficiente, falta de reaplicación y zonas olvidadas) actuando desde la primera toma.

Como valor añadido, la tecnología Fernblock® de Heliocare Oral multiplica la resistencia de la piel frente a la radiación solar, neutraliza los efectos dañinos del sol y repara los daños producidos.

La variedad que ofrece Heliocare Oral, en combinación con los solares tópicos, permite una protección avanzada durante los 365 días del año para todo tipo de pieles con o sin patología: desde la infancia (cuando la piel es más vulnerable a los agentes externos), o la edad adulta (lo que incluye a los adolescentes que son un segmento poblacional más preocupado por factores estéticos) hasta edades avanzadas (cuando puede existir déficit de vitamina D).



HELIOCARE

www.cantabrialabs.es

