



La Piel

Organo de múltiples funciones:

*Funcion Biológica, es Termo-reguladora es el Límite entre el medioambiente y nuestro interior, escudo protector del organismo y las células contra el daño ambiental .

La Piel es reguladora de hidratación cutánea lo que conserva la Elasticidad .

Es el Órgano más enervado por lo que cualquier golpe previene y alerta para retirarnos rápidamente del peligro.

*Para su Respiración , utiliza Oxígeno y expulsa Dióxido de Carbono. Por eso se hace necesario, exfoliar Cara y Cuerpo, periódicamente para retirar sudor y químicos adheridos por una mala Higiene.

Nos revela , el estado de Salud : es parda y ceniza, si le falta Agua, Oxigenación, Hidratación ó buenos Hábitos.

*Se auto regenera : En la capa Basal, se reproducen nuevas células, utilizando oxígeno y elementos nutritivos, , como Aminoácidos , Proteínas y Oligoelementos. Ante una cirugía , una raspadura ó cortada , la Piel se regenera , reponiendo su tejido de soporte con la Cicatrización .

*Hidratación: es fundamental el porcentaje de Agua en la Piel, para conservar sus propiedades. Sufre de arrugas ante la deshidratación y la gesticulación, cada vez que nos expresamos, reímos ó lloramos , los músculos se contraen , pero con una adecuada Nutrición , se puede corregir.

La Piel nos revela nuestro estado de Salud .

*Eliminación: Las células epidérmicas se dividen por Mitosis, y ascienden en columna desde la profundidad, hacia la superficie , y el ciclo de maduración va acompañado por Proteínas llamadas queratina por eso, a una Piel sin exfoliar se le llama Queratinizada.

*Es el órgano más vascularizado , por lo que se le conoce como Corazón periférico, por eso ante cualquier golpe, sangra con mucha facilidad.

*La Piel , es una selva de pasiones , el sentido del Tacto, transmite sensaciones , se ruboriza, se sonroja, se eriza, siente frío , calor, humedad, dolor, ardor, comezón , resequeza, etc.

*Se enferma , por estímulos Externos , como: Viento, Exposiciones Solares , Roces repetidos, Smog, Cosméticos, Vuelos Aéreos, Frío-Calor , Aire acondicionado, Calefacción , Contaminación, Sustancias alcoholizadas, etc.

Y por factores Internos como : Estrés , Alergias, Cambios Hormonales, Alcohol, mala Digestión, Estrenimiento y Tabaco pues vuelve opaca la Piel , se rompen capilares impidiendo la buena circulación causando , marcas de gesticulación alrededor de boca y resequeza en la Piel de los ojos y en general en la Piel.

*Las respuestas de la Piel : Dormir bien las horas adecuadas es esencial, para una Piel Saludable . Mientras dormimos , se lleva a cabo la Renovación celular, el descanso para la Piel es tan importante , como las emociones positivas , pues las emociones negativas la dañan.

*Nada retarda el Envejecimiento, pero la falta de buenos hábitos , como : Dormir , Comer, Evacuar , Ejercicio y Beber Agua, pueden ayudar a retardar el Daño.