

Ojeras y Área Palpebral: Enfoque Cosmetológico

Las ojeras y el área palpebral representan una de las principales preocupaciones estéticas en la actualidad.

Su tratamiento requiere un enfoque integral desde la cosmetología moderna.

Esta zona delicada demanda conocimientos específicos y técnicas adaptadas.

Docente: EU Álvaro Maturana Muñoz

DT Clínica Bambú-Docente Academia Bambu

Presidente AGED



skincare solutions



Introducción

La ojera es una de las principales preocupaciones estéticas en el rostro.

Su abordaje profesional requiere un enfoque anatómico, cosmético y ético, respetando el marco legal vigente en Chile.

El rol de la cosmetóloga es fundamental en el tratamiento no invasivo y el acompañamiento de cada paciente, recordando que cada paciente es un mundo completamente diferente, pese a tener condiciones anatómicas similares, existen muchos factores que van a influir en su comportamiento, tales cómo:

- Epigenéticos
- Medioambientales
- Exposición a xenobióticos
- Genéticos
- Entre otros.



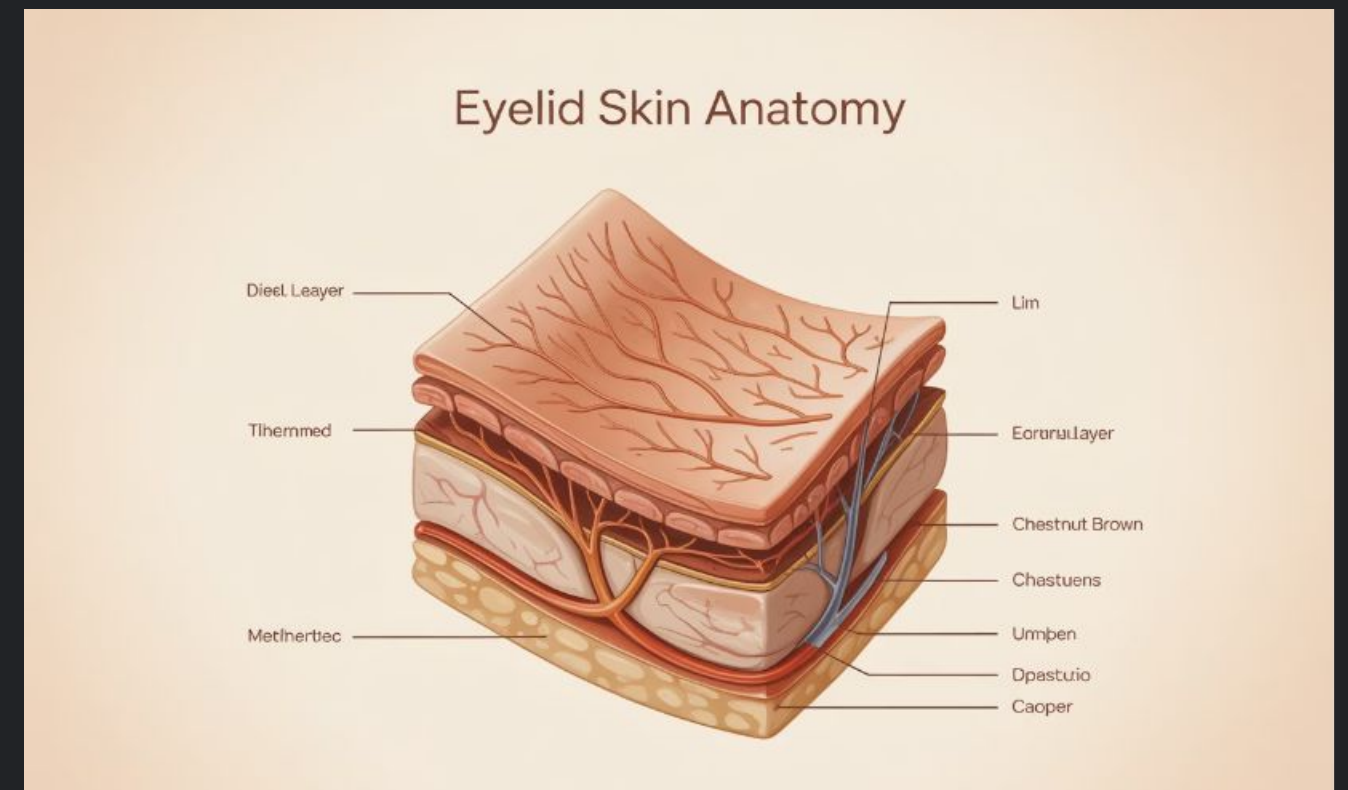
Anatomía de la Región Palpebral

Características especiales

La piel palpebral es extremadamente fina, con un espesor de solo 0,3-0,5 mm.

Es la zona más delgada de todo el rostro, con alta vascularización.

Su fragilidad la hace propensa a mostrar signos de envejecimiento prematuramente.



La estructura palpebral superior e inferior presenta diferencias significativas en grosor y elasticidad.



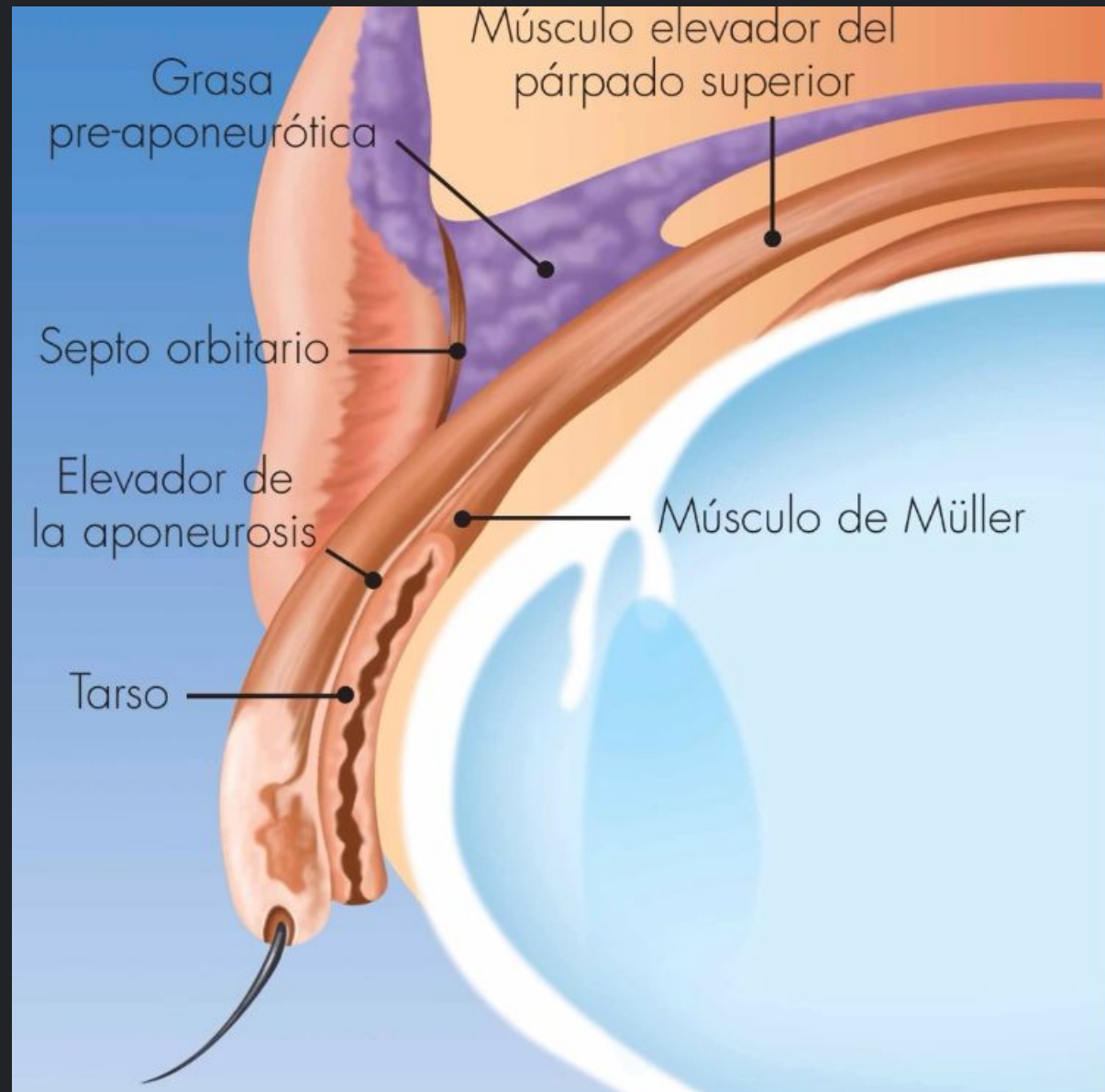
Párpado Superior

Capas Anatómicas del párpado superior

1. Piel: Muy fina ($\approx 0,5$ mm), sin grasa subcutánea, muy móvil y vascularizada.
2. Tejido subcutáneo: Delgado, con mínima grasa. Facilita la movilidad.
3. Músculo orbicular: Parte del músculo orbicular del ojo. En su porción palpebral cierra el ojo.
4. Septum orbitario: Membrana fibrosa que separa el contenido orbitario de las capas superficiales.
5. Grasa orbitarias: Tres bolsas grasas (nasal, central y lateral). Importantes en cirugía estética.
6. Aponeurosis del elevador del párpado: Prolongación del músculo elevador del párpado superior. Eleva el párpado.
7. Músculo de Müller: (tarsal superior) Músculo liso, contribuye a mantener el párpado elevado (inervación simpática).
8. Tarso: Lámina fibrosa que da estructura al párpado. Alberga glándulas de Meibomio.
9. Conjuntiva palpebral: Capa más interna, mucosa que lubrica y protege el ojo.



Bases Anatómicas



Otros aspectos anatómicos

Músculos involucrados: músculo del párpado superior, músculo de Muller y orbicular del ojo

Vascularización: Arteria palpebral superior y plexo vascular periorbitario

Inervación: sensitiva y motora, rama frontal del nervio trigémino (sensitivo). Nervio oculomotor y facial (motores)



Párpado inferior

Capas anatómicas del párpado inferior

1. Piel: Delgada y fina ($\approx 0,5$ mm), con mínima protección subcutánea. Muy vulnerable.
2. Tejido subcutáneo: Mínima grasa, muy vascularizado. Facilita la movilidad.
3. Músculo orbicular: Parte del músculo orbicular del ojo, en su porción palpebral (cierre del ojo).
4. Septum orbitario: Lámina fibrosa que separa el contenido orbitario de las capas superficiales.
5. Bolsas grasas: Tres compartimentos: medial, central y lateral. Protruyen con la edad (ojeras estructurales).
6. Retractores del párpado inferior: Incluyen músculo tarsal inferior y fascia capsulopalpebral.
7. Tarso inferior: Lámina fibrosa que proporciona estructura al párpado inferior.
8. Conjuntiva palpebral: Mucosa que recubre la superficie interna del párpado.



Otros aspectos anatómicos

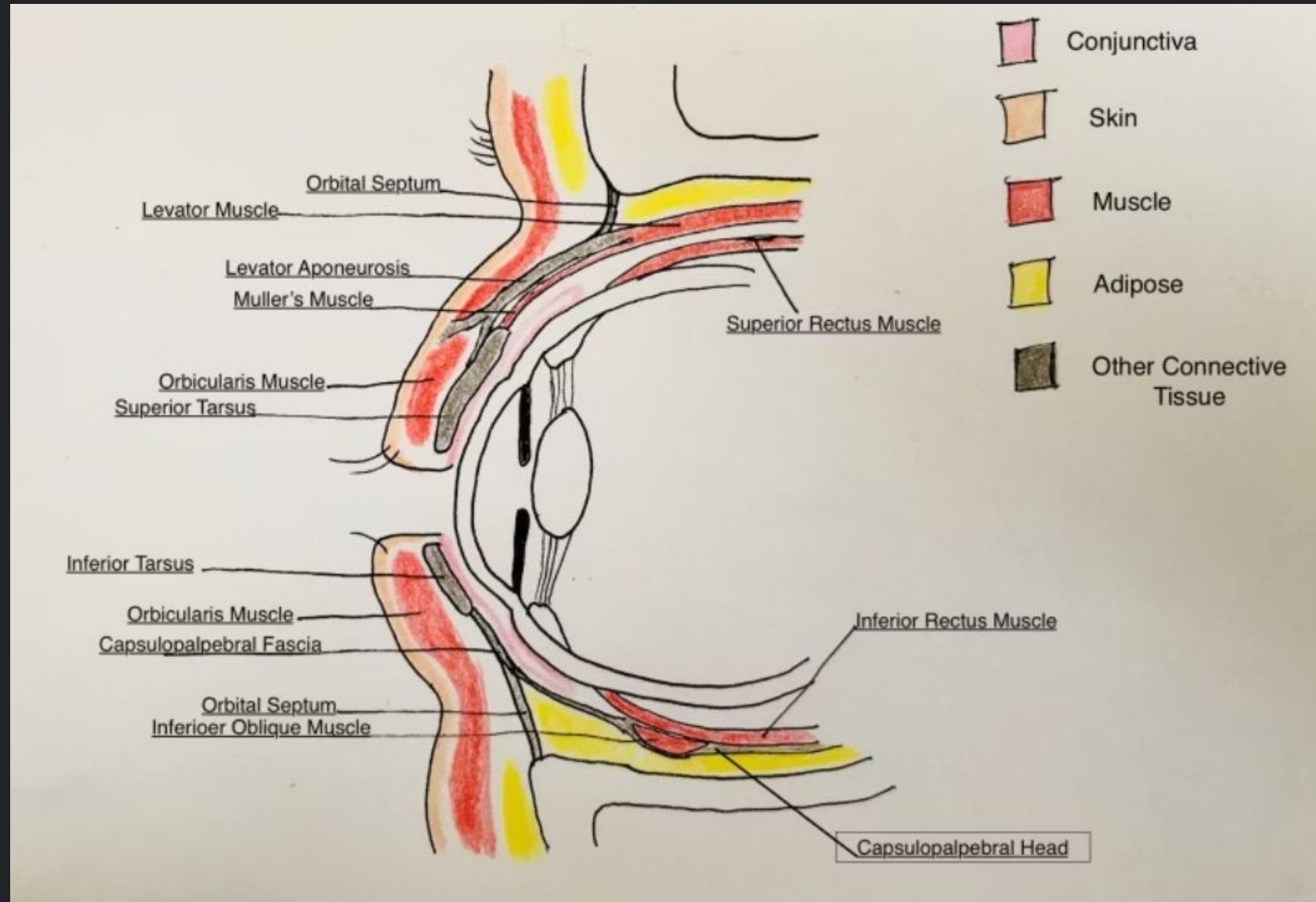
Músculos involucrados: músculo orbicular del ojo y retractores del párpado inferior

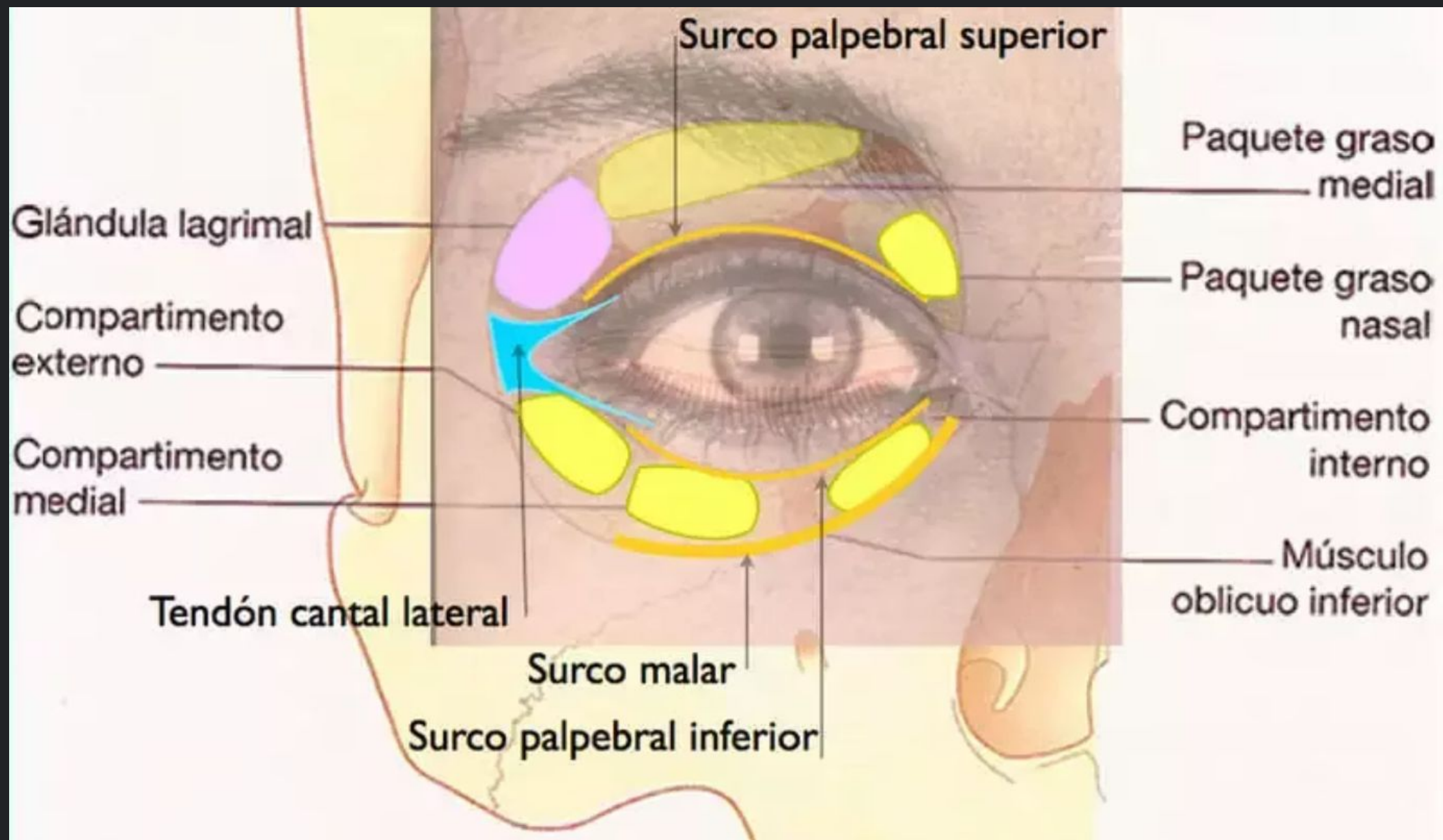
Vascularización: Plexo vascular infraorbitario y arteria palpebral inferior

Inervación: sensitiva a cargo de la rama infraorbitaria del nervio maxilar y motora a cargo del nervio facial.



Bases Antómicas





Implicancias clínico-estéticas

- Ptosis
- Dermatochalasis

párpado inferior asociado a: **ojeras, edemas, laxitud, surco nasoyugal, herniación grasa.**

- Riesgo de hematomas o pigmentación por punción o trauma

Importante conocer a cabalidad la anatomía de estas regiones

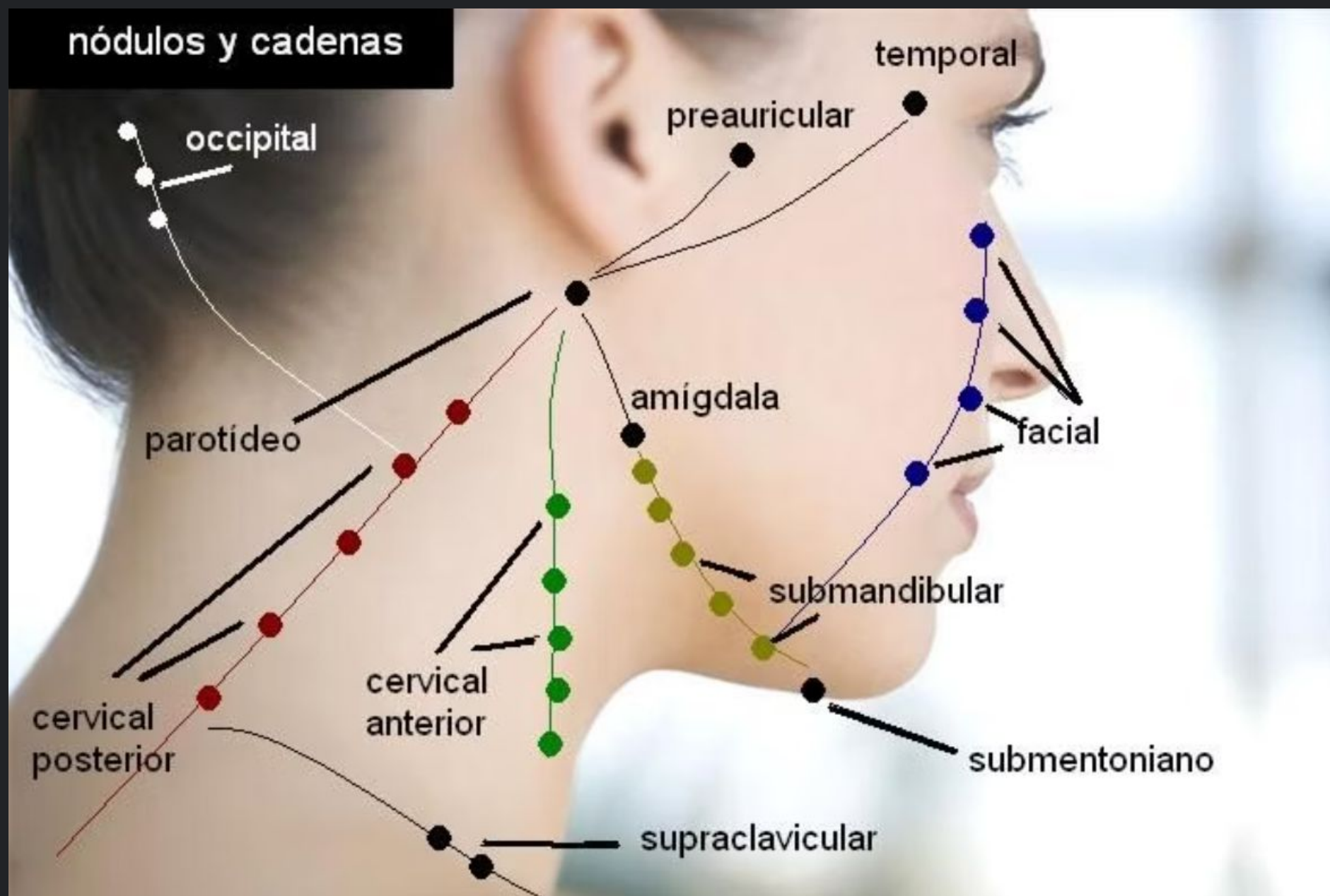


Drenaje Linfático

Zona	Drenaje linfático principal
Párpado superior lateral	Ganglios preauriculares (parotídeos superficiales)
Párpado superior medial	Ganglios submandibulares y submentonianos
Párpado inferior lateral	Ganglios preauriculares
Párpado inferior medial	Ganglios submandibulares



nódulos y cadenas



Función y Vulnerabilidad de la Zona Ocular



Protección ocular

Los párpados actúan como barrera física contra agentes externos.



Alta movilidad

Realizamos más de 10.000 parpadeos diarios, generando microtraumas constantes.



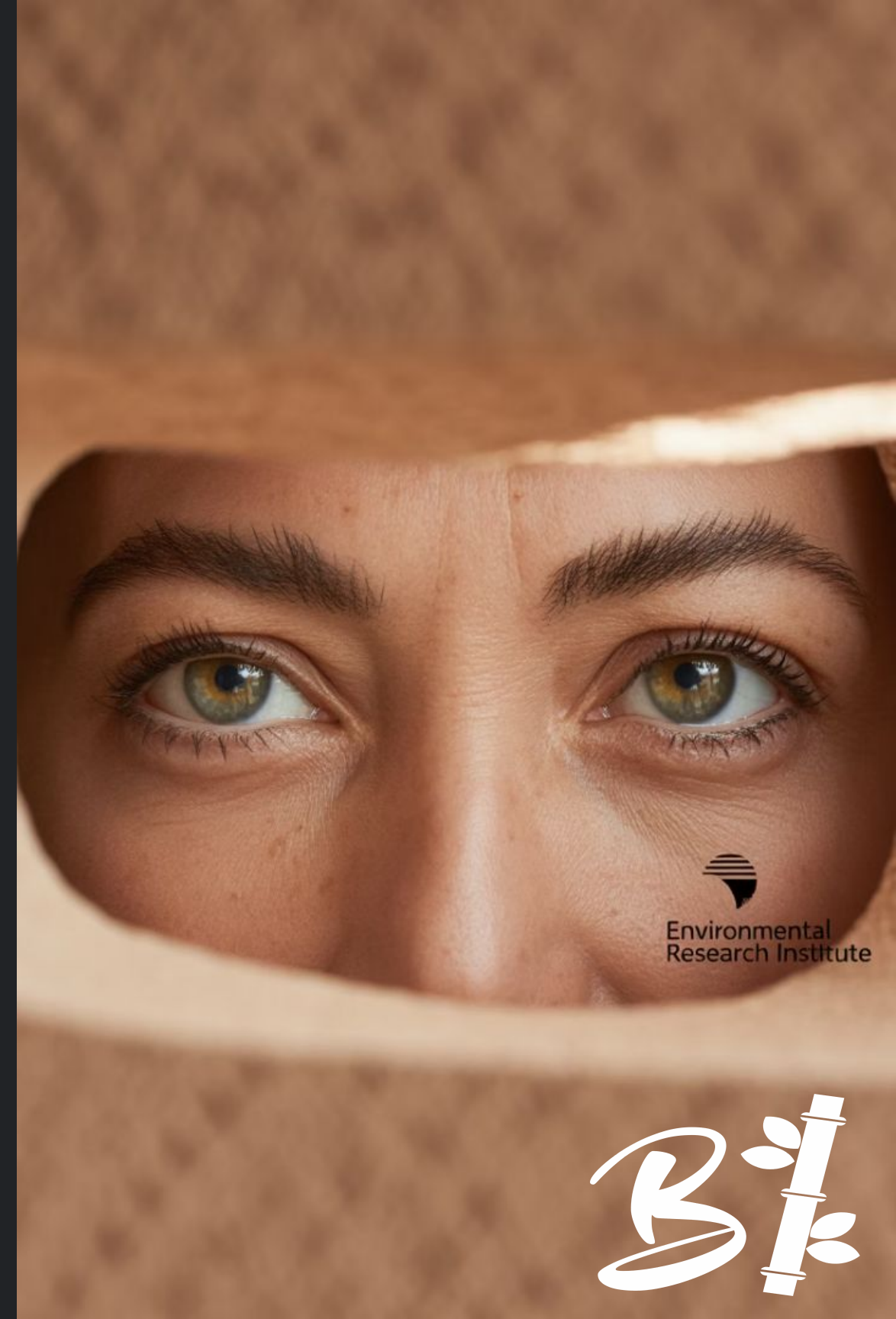
Daño ambiental

La exposición solar, contaminación y radicales libres aceleran su deterioro.



Envejecimiento precoz

Muestra signos de edad antes que otras zonas faciales.



Environmental
Research Institute



Definición de Ojeras

Concepto médico

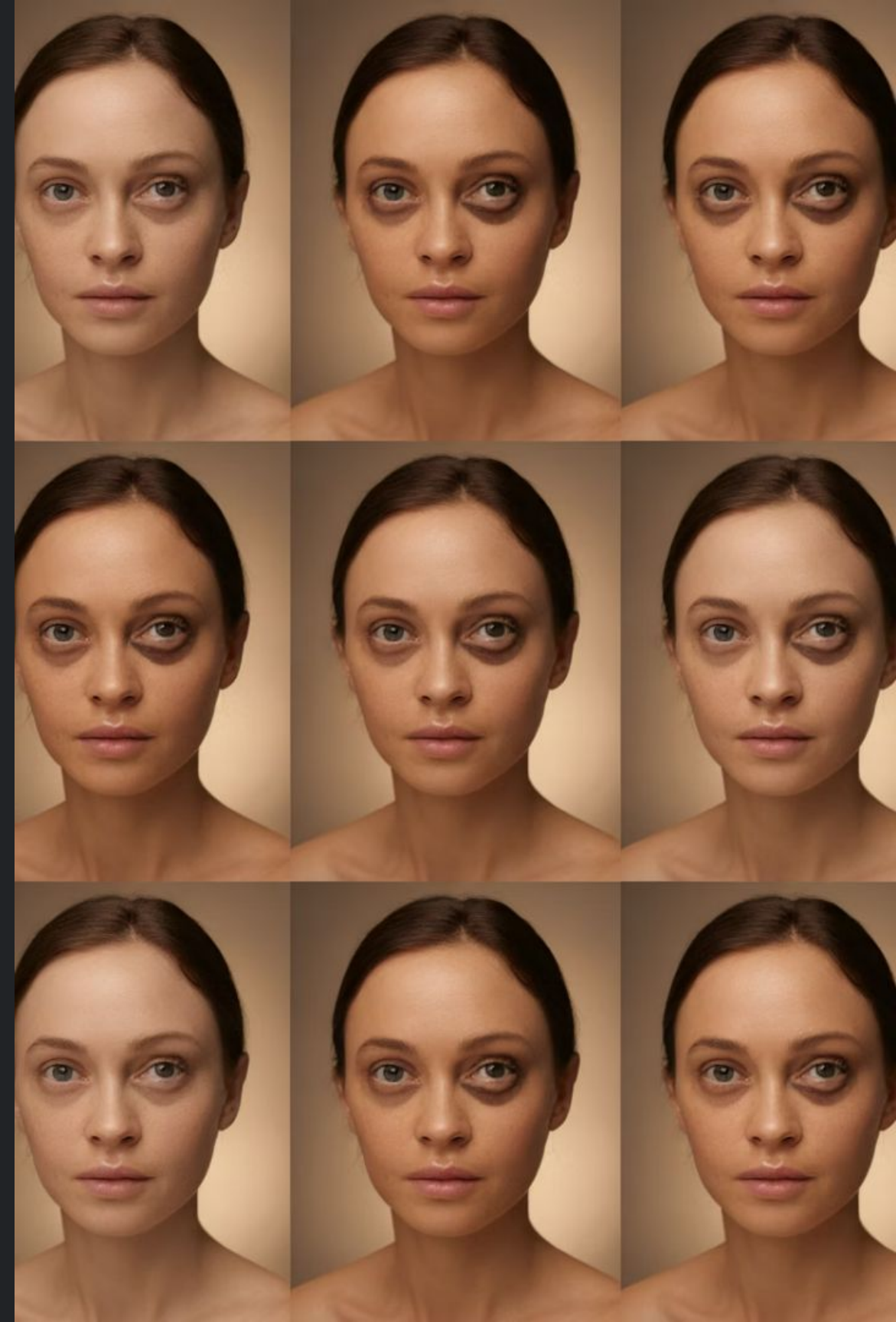
Hiperpigmentación,
hipervascularización,
protrusión o hundimiento de la
región infraorbitaria.
Condición dermatológica con
múltiples factores causales.

Concepto cosmético

Alteración estética que
proyecta apariencia de
cansancio o envejecimiento.
Afecta a aproximadamente el
38% de la población adulta.

Percepción social

Consideradas como indicador de fatiga, estrés o mala salud general.
Alta demanda de tratamientos correctivos en consultas estéticas.



Clasificación de las Ojeras

Ojeras pigmentarias

Color marrón-parduzco por exceso de melanina.

Predominan en fototipos altos y empeoran con el sol.

Ojeras mixtas

Combinación de dos o más tipos anteriores.

Requieren tratamiento multimodal.



Ojeras vasculares

Tonalidad violácea o azulada por transparencia vascular.

Más comunes en pieles claras y finas.

Ojeras estructurales

Hundimiento por pérdida de grasa subcutánea.

Generan sombras y se acentúan con la edad.



Causas Principales de Ojeras

Ojeras Pigmentarias

Originadas por exceso de melanina en la región infraorbitaria.

- Predominan en fototipos III-VI
- Empeoran con exposición solar
- Coloración marrón-parduzca
- Relación con característica predisposición genética

Ojeras Vasculares

Causadas por vasos sanguíneos visibles bajo la piel delgada.

- Comunes en pieles claras y finas
- Tonalidad azulada-violácea
- Se intensifican con exposición prolongada
- Asociadas a fatiga y deshidratación
- Influenciadas por factores circulatorios

Ojeras Estructurales

Producidas por pérdida volumétrica y cambios anatómicos.

- Generan sombras por hundimiento tisular
- Se acentúan con el envejecimiento
- Asociadas a pérdida de colágeno
- Responden menos a tratamientos tópicos

Ojeras Mixtas

Combinan varios mecanismos fisiopatológicos simultáneamente.

- Requieren diagnóstico preciso
- Tratamiento multimodal necesario
- Más complejas de abordar
- Evaluación de factores desencadenantes

Tipo de ojera	Características	Causas principales	Enfoque cosmético posible
🟠 Pigmentada	Color marrón o grisáceo. Común en fototipos altos.	Hipermelanosis genética, sol, frotamiento	Despigmentantes (niacinamida, vitamina C), protección solar
🟡 Vascular	Color azulado, violáceo o rojizo.	Transparencia de vasos, piel fina, mala circulación	Cafeína, vitamina K, drenaje linfático
👁️ Estructural	Surco hundido, sombra marcada (ojera “profunda”)	Envejecimiento, pérdida de volumen, genética	Hidratación intensa, efecto óptico con iluminadores tópicos
😞 Postinflamatoria	Pigmentación irregular o parcheada	Dermatitis, alergias, frotamiento crónico	Antiinflamatorios, evitar agresión mecánica
💧 Edematosa / Linfoestática	Hinchazón, aspecto acolchonado	Retención de líquidos, alteración linfática	Drenaje linfático manual, crioterapia, productos descongestivos

Consideraciones en la práctica

Una misma persona puede tener **más de un tipo de ojera combinado**.

La **evaluación estética individual** es clave para sugerir un tratamiento adecuado.

Las ojeras **estructurales** y algunas pigmentadas profundas pueden requerir derivación médica (láser, rellenos, peelings médicos).

El uso constante de **fotoprotector** y la **educación del paciente** son pilares en todos los casos.



Causas Principales de Ojeras



Factores genéticos y étnicos

El 64% de los casos tienen componente hereditario.

Mayor prevalencia en ciertos grupos étnicos mediterráneos y asiáticos.



Trastornos del sueño y estrés

La falta de descanso aumenta la inflamación periocular.

El cortisol elevado deteriora la calidad cutánea.



Envejecimiento natural

Pérdida de volumen graso y adelgazamiento cutáneo progresivo.

Disminución de colágeno y elastina con la edad.



Hábitos perjudiciales

Alcohol, tabaco y exposición solar aceleran el daño tisular.

La deshidratación acentúa los surcos y la pérdida de turgencia.



Signos y Síntomas Asociados



Hinchazón palpebral

Edema por retención de líquidos o inflamación.

Suele ser más notable por las mañanas.



Surcos pronunciados

Depresión entre párpado y mejilla (surco nasoyugal).

Genera sombras que acentúan la apariencia de ojeras.



Bolsas palpebrales

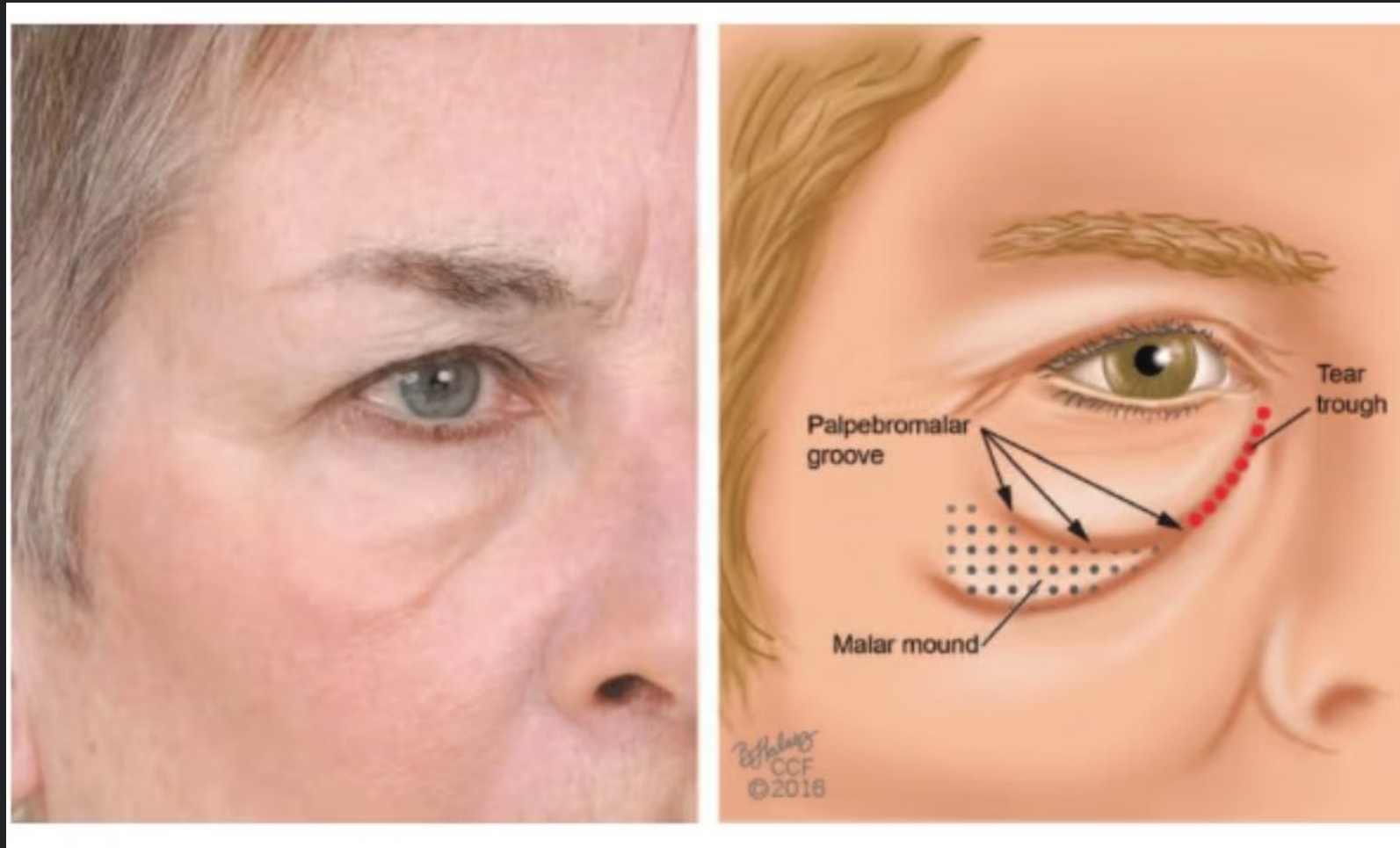
Herniación del tejido graso orbital.

Contribuyen a la percepción de fatiga y envejecimiento.



Festón Malar

Es una **protrusión o abombamiento de los tejidos blandos** localizados justo debajo del párpado inferior, **sobre el reborde del pómulo (malar)**. Puede parecerse a una bolsa, pero **no está dentro del párpado**, sino más abajo, en la transición al pómulo.



Causas

Factor	Explicación
Alteración linfática	Acúmulo de líquido intersticial por drenaje linfático deficiente.
Laxitud muscular y ligamentaria	Debilidad del músculo orbicular y del ligamento orbitomalar.
Hernia grasa	Protrusión de la grasa suborbitaria a través de un septum debilitado.
Envejecimiento	Pérdida de soporte estructural, colágeno y tono.
Genética	Hay personas predispuestas desde jóvenes, especialmente con piel fina.

Tratamiento

Cosméticos / estéticos no invasivos.

- Drenaje linfático manual (si hay componente linfático).
- Radiofrecuencia o ultrasonido de contacto (leve efecto tensor).
- Mesoterapia con activos drenantes (en medicina estética).
- Cremas con cafeína, péptidos o retinol.





Diagnóstico Cosmetológico Diferencial

Observación clínica

Evaluación visual del color, profundidad y textura.

El color es clave: parduzco (melanina), azulado (vascular).

Maniobra de estiramiento

Si desaparece al estirar: vascular o estructural.

Si persiste: pigmentaria.

Luz de Wood

Intensifica pigmentaciones superficiales.

Ayuda a distinguir entre tipos de ojeras.

Identificación de factores agravantes

Análisis de hábitos, rutina y antecedentes.

Esencial para un tratamiento eficaz.



Impacto Psicosocial de las Ojeras



Percepción social

Asociación con fatiga crónica y enfermedad.



Apariencia envejecida

Añaden años a la expresión facial.



Autoestima reducida

Afectan la confianza en interacciones sociales.

Las ojeras generan preocupación constante en quienes las padecen.

Muchas personas invierten significativamente en tratamientos correctivos.

Cuidados Generales de la Región Palpebral

Limpieza delicada

Sin fricciones ni productos agresivos.

Refrigeración

Compresas frías para reducir inflamación.



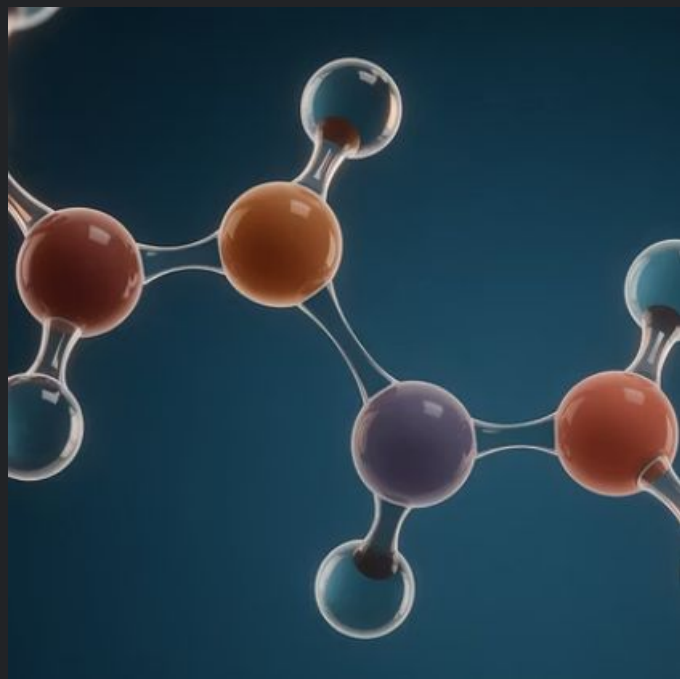
Hidratación específica

Formulaciones oftalmológicamente testadas.

Protección solar

SPF 30+ diario, incluso en interiores.

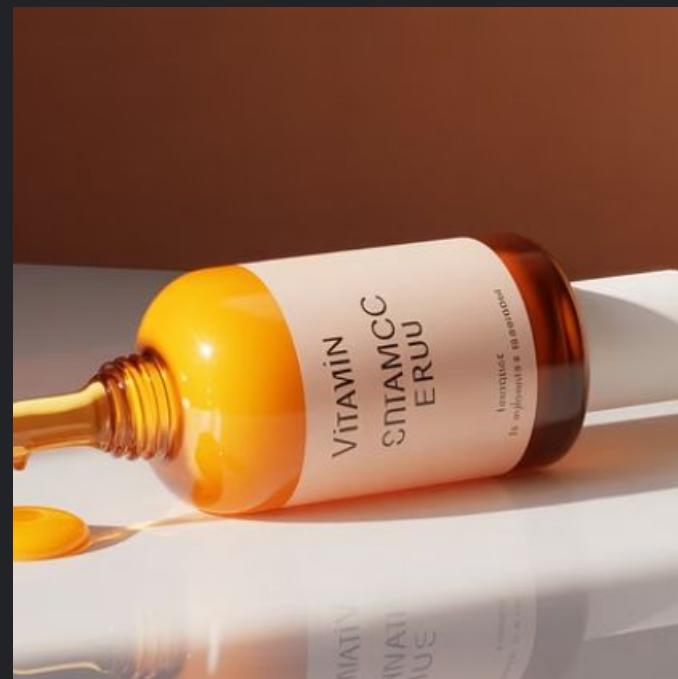
Ingredientes Cosméticos Recomendados



Ácido hialurónico

Retiene hasta 1000 veces su peso en agua.

Hidrata profundamente sin ocluir.



Vitamina C

Potente despigmentante y antioxidante.

Uniformiza el tono y fortalece capilares.



Péptidos

Estimulan la síntesis de colágeno y elastina.

Mejoran estructura y firmeza.



Cafeína

Reduce edema y mejora microcirculación.

Efecto vasoconstrictor temporal.





Productos Cosméticos Especializados

Tipo de producto	Función principal	Frecuencia de uso	Beneficios
Geles/Serums	Tratamiento intensivo	Diario	Penetración profunda de activos
Parches hidrogel	Hidratación y descongestión	2-3 veces/semana	Efecto inmediato
Cremas específicas	Mantenimiento	Diario (mañana/noche)	Hidratación sostenida
Máscaras frías	Descongestión	Semanal o puntual	Reduce inflamación



Técnicas de Aplicación Segura



Uso del dedo anular

Es el dedo con menor fuerza, ideal para esta zona delicada.

Evita presiones excesivas durante la aplicación.



Movimientos de tecleo

Toques ligeros desde interior hacia exterior.

Nunca arrastrar ni frotar la piel.



Productos refrigerados

Potencia el efecto descongestionante.

Ideal para aplicaciones matutinas.



Cantidades mínimas

El exceso de producto puede causar irritación o milia.

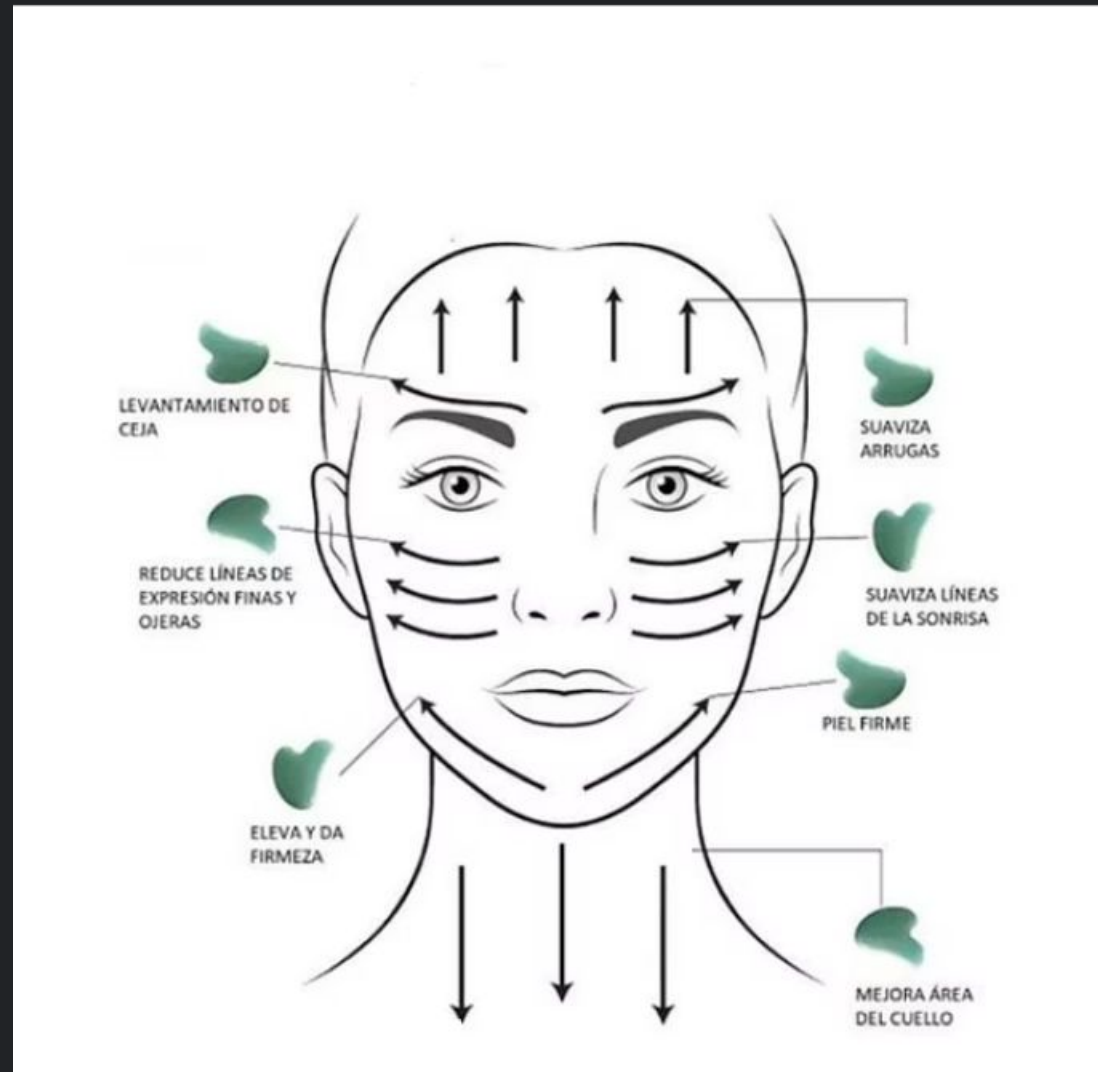
Una pequeña cantidad del tamaño de un grano de arroz es suficiente.

Tratamientos Cosmetológicos No Invasivos



Gua sha

La **Gua Sha** (se pronuncia "guá-sha") es una **técnica tradicional de la medicina china** que consiste en raspar la piel con una herramienta lisa para mejorar la circulación, liberar tensiones musculares y promover la salud general.





Tratamientos Profesionales Avanzados

90%

Láser Q-Switched

Eficacia en ojeras pigmentarias.

85%

Peeling suave

Con ácidos mandélico o kójico.

78%

Dermapen

Microagujas con activos
despigmentantes.

Los tratamientos avanzados deben ser realizados exclusivamente por profesionales calificados.

Requieren valoración previa y seguimiento posterior.

Protocolos de Tratamiento Integral



El enfoque debe ser multimodal, combinando tópicos diarios con aparatología profesional.

Un ejemplo efectivo: aplicación diaria de vitamina C con radiofrecuencia semanal para ojeras vasculares.

Prevención y Cambios en el Estilo de Vida

Descanso adecuado

- 7-8 horas diarias mínimo
- Posición elevada para reducir edema
- Almohada de seda para minimizar fricción

Alimentación equilibrada

- Rica en antioxidantes naturales
- Reducir sal para evitar retención
- Hidratación: 2L agua diarios mínimo

Hábitos a evitar

- Tabaco y alcohol
- Frotación ocular constante
- Exposición solar sin protección

Cuidados Diferenciados: Palpebral Superior vs. Inferior

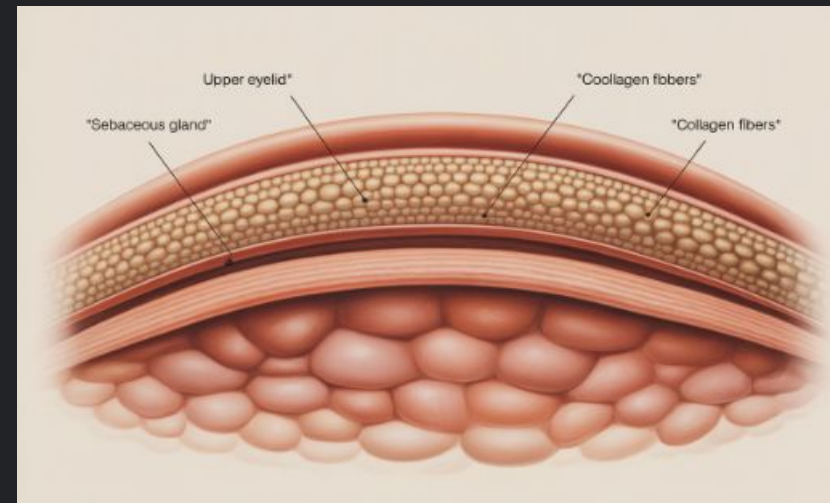
Párpado superior

Más propenso a caída y pesadez (ptosis).

Requiere productos ultra-ligeros, no oclusivos.

Ideal: serums acuosos con péptidos tensores.

Evitar cremas pesadas que puedan migrar al ojo.



Párpado inferior

Más susceptible a ojeras y bolsas.

Admite texturas más ricas en hidratación.

Beneficioso: productos con cafeína y ácido hialurónico.

El masaje drenante es especialmente efectivo aquí.



Recomendaciones Profesionales al Paciente



Evaluación profesional completa

Realizar diagnóstico diferencial del tipo de ojeras antes de iniciar tratamientos. Identificar causas subyacentes que puedan requerir atención médica.



Personalización de rutina

Adaptar productos y tratamientos según tipo de ojera, edad y necesidades. Considerar cambios estacionales en la rutina de cuidado.



Expectativas realistas

Educar sobre resultados esperables y tiempos necesarios para ver cambios. Fotografiar evolución para documentar mejoras graduales.



Resumen



Diagnóstico preciso

Identificar correctamente el tipo de ojera es el primer paso.



Tratamiento personalizado

Combinar cuidados diarios con tratamientos profesionales adaptados.



Prevención constante

Hábitos saludables y protección son fundamentales.



Educación al paciente

Comprender los cuidados específicos garantiza resultados duraderos.

El abordaje cosmético de las ojeras debe ser integral, consistente y personalizado.

La constancia en los cuidados diarios es tan importante como los tratamientos profesionales.