



## Współczesny styl życia, a stan naszej skóry za 20 lat *Kampania „interAKTYWNIE po zdrowie”*

Starzenie się skóry to proces, który zdeterminowany jest przez dwa główne czynniki - genetyczne (wrodzone) oraz środowiskowe<sup>1</sup>. Pierwsze z nich oznaczają naturalne zmiany funkcji biologicznych w naszym organizmie, a dotyczą m.in. zmniejszenia aktywności komórek oraz ich zdolności do regeneracji<sup>1</sup>. W drugiej grupie, znajdują się czynniki zewnętrzne (m.in. wpływ promieniowania słonecznego, dymu nikotynowego, smogu, czy stresu), które dodatkowo przyspieszają ten pierwszy mechanizm<sup>1</sup>. Pamiętajmy, że im więcej czynników środowiskowych oddziałuje na skórę, tym szybciej ulega ona starzeniu. W jaki sposób możemy temu przeciwdziałać?

### **Wpływ zanieczyszczeń powietrza na skórę**

Rozwój nowoczesnych technologii, medycyny czy przemysłu, nieuchronnie wiąże się z szybko postępującą urbanizacją. Obecnie ponad połowa światowej populacji zamieszkuje duże miasta, a według szacunków do 2050 r. liczba ludności w aglomeracjach miejskich wzrośnie do 6,4 miliarda<sup>2</sup>. W tym kontekście warto przywołać raport Światowej Organizacji Zdrowia, w którym przedstawiono dane nt. jakości powietrza pochodzące z 1600 miast (91 krajów świata). Wykazano, że jedynie 12 procent populacji na co dzień zamieszkuje w miejscu, gdzie jakość powietrza spełnia normy dopuszczane przez WHO. Wynika z tego, że aż 88 proc. populacji miejskiej każdego dnia jest narażona na negatywne skutki oddziaływania zanieczyszczeń znajdujących się w powietrzu<sup>3</sup>. Wśród szczególnie niebezpiecznych związków, które dostają się do naszego organizmu podczas oddychania oraz wpływają na jakość skóry, znajdują się: spaliny samochodowe, tlenek azotu, węgla i siarki, ozon czy zanieczyszczenia przemysłowe i chemiczne<sup>2</sup>. Powyższe substancje mogą powodować utratę witaminy E oraz skwalenu, których niedobór może doprowadzić m.in. do: niszczenia warstwy ochronnej naskórka, spadku jędrności skóry (wysuszenie), pojawienia się większej ilości przebarwień, zmarszczek czy stanów zapalnych<sup>2</sup>. Jednym z przykładów jest badanie przeprowadzone w 2007 r. wśród mieszkańców Meksyku i Szanghaju, podczas którego wykazano związek między niskim poziomem skwalenu i witaminy E, a zanieczyszczeniem powietrza w tych miastach<sup>4</sup>. Warto przywołać również badanie przedstawione podczas Międzynarodowej Konferencji Dermatologicznej w Pekinie, które wykazało, że 67 proc. ankietowanych zauważyło wpływ zanieczyszczeń na występowanie trądziku oraz przetłuszczania się skóry<sup>4</sup>.

<sup>1</sup>B. Zegarska, M. Woźniak, Przyczyny wewnątrzpochodnego starzenia skóry, Gerontologia Polska nr 4, 153 – 159.

<sup>2</sup>N. Mistry, Guidelines for Formulation of Anti-Pollution Products, Cosmetics, 2017, 4, 57

<sup>3</sup>Air quality deteriorating in many of the world's cities, <https://www.who.int/mediacentre/news/releases/2014/air-quality/en/> [dostęp: 12.03.2019 r.]

<sup>4</sup>Pollution and acne: is there a link?, Clinical, Cosmetic and Investigational Dermatology



## Nikotyna również szkodzi

Według raportu Głównego Inspektora Sanitarnego z 2017 r., papierosy pali codziennie 24% osób (z czego 20% kobiet, 29% mężczyzn)<sup>5</sup>. Regularne korzystanie z papierosów niesie szereg zagrożeń zarówno dla czynnych, jak i biernych palaczy. Wśród nich wymienić można m.in. zwiększenie ryzyka występowania chorób układu oddechowego, pokarmowego i krwionośnego oraz nowotworów. Dym papierosowy negatywnie wpływa na jakość naszej skóry oraz jej zdolności regeneracyjne<sup>6</sup>. Wśród objawów skórnych, które pojawiają się u osób palących papierosy, można wymienić m.in. szare punktowe zabarwienie skóry, teleangiektazje (poszerzenie naczynek śródskórnych), zmarszczki wokół ust i oczu, przebarwienia, utratę sprężystości skóry (w wyniku niedoborów kolagenu i elastyny) czy zaburzenia wytwarzania melaniny. Wieloletnie badania wskazują, że regularne spalanie dziennie 20 papierosów przyspiesza naturalne procesy starzenia skóry o średnio 10 lat<sup>6</sup>.

## Stres a kondycja skóry

Kolejnym czynnikiem, który zwiększa ryzyko występowania dolegliwości skórnych jest stres. W jaki sposób długotrwałe napięcie psychiczne oddziałuje na naszą skórę? Jak mówi **dr Ewa Jarczewska-Gerc, psycholog, ekspert kampanii „InterAKTYWNIE po zdrowie”**: *„Stres, depresja, odczuwany lęk, napięcie emocjonalne należą do grupy czynników, które mają bezpośrednie przełożenie na jakość naszej skóry i zwiększają ryzyko występowania chorób dermatologicznych. Badania wykazały, że wśród osób żyjących w ciągłym stresie częściej występują m.in.: atopowe zapalenie skóry, łuszczyca, trądzik, wypryski, a nawet łysienie plackowate. Oczywiście nie bez znaczenia jest fakt, że stres zdecydowanie przyspiesza starzenie się skóry. Dzieje się tak, ponieważ pod wpływem intensywnego stresu psychologicznego dochodzi do zmniejszenia produkcji lipidów skóry, mających bezpośredni wpływ na właściwości ochronne bariery naskórkowej. To prowadzi do zwiększenia przepuszczalności skóry, utarty nawilżenia i sprężystości, bez których skóra nie tylko traci blask i gładkość, ale również zdecydowanie szybciej ulega zewnętrznym czynnikom wpływającym na jej starzenie”<sup>6</sup>* - dodaje ekspertka.

## Zobacz swoją twarz za 20 lat!

W kontekście ww. czynników istotne jest rozwijanie świadomości pacjentów, dotyczącej wpływu cywilizacji (zanieczyszczenie powietrza, stres, nieodpowiednia dieta) na ich zdrowie, w tym kondycję skóry. Taka idea towarzyszy **kampanii „interAKTYWNIE po zdrowie”**, która ma innowacyjną, niestandardową formę **bezpośredniego kontaktu z odbiorcami w ramach stref edukacyjnych, dostępnych w dwóch największych miastach Polski**, w Warszawie (5-6 kwietnia, CH Blue City) i w Łodzi (12-13 kwietnia, CH Manufaktura).

W trakcie wydarzeń, przy użyciu **innowacyjnych, zaawansowanych technologii i interaktywnych narzędzi** (m.in. hologramy, Virtual Reality, Augmented Reality, ekrany multimedialne, instalacje itd.), zaprezentowane zostaną **zagrożenia cywilizacyjne** (m.in. smog, stres, degradacja środowiska, dziura ozonowa, niewłaściwa dieta) i **ich wpływ na nasze życie, a w szczególności na nasz organizm**.

<sup>5</sup> Raport z ogólnopolskiego badania ankietowego na temat postaw wobec palenia tytoniu, Główny Inspektorat Sanitarny, <https://gis.gov.pl/wp-content/uploads/2018/04/Postawy-Polak%C3%B3w-do-palenia-tytoniu-Raport-2017.pdf>, [dostęp: 12.03.2019 r.]

<sup>6</sup> M. Urbańska, G. Nowak, E. Florek, Wpływ palenia tytoniu na starzenie się skóry, Przegląd Lekarski 2012



W ramach stref edukacyjnych istnieje możliwość skorzystania z nowoczesnej **aplikacji „Aging” („Starzenie”)**, dzięki której można zobaczyć wygląd swojej twarzy za 20 lat! Aplikacja na podstawie udzielonych odpowiedzi dotyczących stylu życia i po przeskanowaniu twarzy, wygeneruje obraz imitujący proces starzenia. Uzyskane zdjęcie będzie można wysłać na podany adres e-mail.

Organizatorem kampanii „interAKTYWNIE po zdrowie” jest firma Sanofi, która zgodnie z misją „Empowering Life” stawia sobie za cel pomoc pacjentom w zrozumieniu potencjalnych zagrożeń dla zdrowia oraz edukowanie w przystępny i atrakcyjny sposób, jak można ich unikać, aby cieszyć się pełnią życia i zdrowia.

Więcej informacji na temat kampanii można znaleźć na stronie: [www.sanofi.pl/media/materialydo pobrania](http://www.sanofi.pl/media/materialydo pobrania)

#### Informacje o Sanofi

Sanofi wspiera pacjentów w pokonywaniu wyzwań zdrowotnych. Jesteśmy globalną firmą biofarmaceutyczną skoncentrowaną na zdrowiu u ludzi. Zapobiegamy chorobom za pomocą szczepionek, dostarczamy innowacyjne sposoby leczenia bólu i łagodzenia cierpienia. Wspieramy zarówno tych, którzy cierpią na choroby rzadkie, jak również miliony pacjentów zmagających się z chorobami przewlekłymi. Dzięki zaangażowaniu ponad 100 000 pracowników w 100 krajach, Sanofi przekształca innowacje naukowe w rozwiązania opieki zdrowotnej dostępne na całym świecie. Jedną z 112 fabryk Sanofi, jest zlokalizowana w Rzeszowie. Sanofi w Polsce zatrudnia blisko 1000 pracowników. Według danych IMS Health Polska, Sanofi zajmuje jedno z wiodących miejsc w krajowym rankingu największych firm farmaceutycznych. Sanofi, Empowering Life

Więcej informacji: [www.sanofi.pl](http://www.sanofi.pl)  [Sanofi Polska](https://www.linkedin.com/company/sanofi-polska)  [@SanofiPolska](https://twitter.com/SanofiPolska)  [SanofiPolska](https://www.instagram.com/SanofiPolska)

#### **Dodatkowych informacji udzielają:**

Renata OLEJOWSKA  
Communication & Brand PR Manager  
TEL.: (+48 22) 280 06 75, CELL.: 609 596 889  
e-mail: [renata.olejowska@sanofi.com](mailto:renata.olejowska@sanofi.com)

Alicja JABŁOŃSKA – KRZYWY  
PR Manager Consumer Healthcare  
TEL.: +48 22 280 82 45 – CELL.: +48 724 247 245  
e-mail: [alicia.krzywv@sanofi.com](mailto:alicia.krzywv@sanofi.com)

Justyna SPYCHALSKA  
Consultant  
TEL.: 512 029 778  
e-mail: [justyna.spychalska@38pr.pl](mailto:justyna.spychalska@38pr.pl)