

RECETAS PARA CUIDARSE

INMACULADA
TAPIA

kioskovmas@elisabetmor59@gmail.com

Una piel deshidratada «no es un tipo de piel» sino un estado reversible, dice la especialista Gema Cabañero. El peeling de fenol llega a un nivel más profundo de la piel «por lo que la renovación celular es mayor y sus efectos son visiblemente más rápidos y patentes», comenta la dermatóloga Raquel García. La dermatóloga Constanza Bahillo recomienda que para mantener una piel saludable todo el año, en otoño e invierno también es recomendable seguir utilizando protección solar.

Estas son algunas claves para proteger la piel. Se impone un plan para hidratar rápidamente la piel para protegerla del frío.

PIEL DESHIDRATADA, NO ES UN TIPO DE PIEL

La especialista Gema Cabañero propone un plan de recuperación para restablecer los niveles de agua en la piel, de manera que las arrugas se atenúen y la luminosidad vuelva, «ideal para rostros con tendencia a la sequedad y pieles sensibles», explica.

Según la especialista en estética y nutrición una piel deshidratada «no es un tipo de piel» sino un estado reversible. «Cualquier tipo de piel pueden deshidratarse, incluso una piel grasa, debido al proceso natural de envejecimiento, a las condiciones climáticas o el uso de una cosmética inadecuada».

TRATAMIENTOS POST-VERANO

Cabañero propone un plan de tratamiento en tres fases: un protocolo hidratante en cabina, con apoyo de dieta y un suplemento con nutricosméticos.

Durante el tratamiento en cabina se realiza una exfoliación suave con efecto tensor que limpia y afina la piel, para después rehidratar el rostro con un concentrado de ácido hialurónico, extracto de aloe vera, menta y palmarosa, por cara, cuello, escote, ojos y también labios, además de utilizar la mesoterapia virtual para que los ingredientes penetren mejor en la piel.

La directora de la Clínica Ibiza, Raquel García, aconseja un tratamiento postverano que elimine mediante una exfoliación «controlada» la parte más superficial de la piel para librarnos de «manchas e imperfecciones».

OBJETIVO: HIDRATACIÓN

PEELINGS, ¿SON LOS ADECUADOS?

«Dependiendo de la profundidad de los daños que presente la piel se aplicará un peeling más superficial o uno más profundo o incluso quirúrgico cuando el fotoenvejecimiento se encuentre en un grado medio alto, así como para eliminar arrugas muy marcadas, acné en estado cicatricial y pigmentación circunscritas», comenta Raquel García.

La especialista menciona el peeling de fenol, que llega a un nivel más profundo de la piel «por lo que la renovación celular es mayor y sus efectos son visiblemente más rápidos y patentes». Y aconseja el peeling de ácido láctico que contiene una acción hidratante, especialmente recomendado para pieles sensibles, finas y secas.

La esteticista Maribel Yébenes apuesta por el tratamiento Reset, para lograr «esplendor» e hidratación en profundidad.

El tratamiento tiene su base en una tecnología que limpia, en profundidad, exfolia y refina la piel mediante un cabezal que realiza su «trabajo» de manera efectiva y «placentera» para el rostro. El segundo paso es un biopeeling herbal para desprender la capa más superficial y queratinizada de la piel con lo que restablece el equilibrio ácido en la piel, para después aportar altas dosis de complejos multivitamínicos antioxidantes, además de elementos realfiantes y ácido hialurónico.

ARROZ, LÁSER Y PROTECCIÓN

«La crema Cell Radiance de Kosé con extracto de arroz rico en aminoácidos y péptidos consigue pieles radiantes y redensificadas.

Provoca «una piel más tonificada, con un incremento de la suavidad y se consigue una textura más flexible y perfecta para protegerla de los rayos UV», comentan desde la firma. En su fórmula contiene extracto de hoja de perilla de potente actividad antioxidante, además de extracto de té verde que previene la oxidación y proporciona hidratación y extracto de raíz de jengibre que estimula la circulación sanguínea. La dermatóloga Constanza Bahillo, perteneciente a

la Academia Española de Dermatología y Venereología (AEDV) recomienda que para mantener una piel saludable todo el año, en otoño e invierno también es recomendable seguir utilizando protección solar, además de cremas con alto porcentaje de principios activos renovadores para frenar el fotoenvejecimiento, como el retinol y los antioxidantes como la vitamina C.

Una vez que desaparece el bronceado es el momento de recurrir a «tratamientos médicos, como el láser y los peelings, para eliminar las manchas o frenar el envejecimiento», concluye la doctora.

GABRIEL ROMANO