

Te contamos qué **productos y cuidados** son necesarios para la piel cuando bajan las **temperaturas**, y cómo afecta al **rostro** el **frío** invernal.

PROTEGE LA PIEL DEL FRÍO

Con la llegada del invierno la piel se resiente y hay que dedicarle un cuidado especial, sobre todo las zonas más sensibles y que están constantemente expuestas al frío, como las manos y los labios. Para que esta estación no nos pase factura y nuestras clientas puedan seguir luciendo una piel radiante en invierno, es importante tener en cuenta una serie de consideraciones y consejos para conocer qué cuidados son necesarios.

Limpieza de la piel con agua tibia

Los baños y las duchas con agua caliente son muy placenteros en esta época, pero no son los más adecuados para cuidar la piel. Es importante lavarla con agua tibia porque así, además de hidratarla, mantiene su grasa natural.

Para la limpieza facial el uso de leches limpiadoras con activos calmantes, como la manzanilla, por ejemplo, son ideales ya que eliminan de modo eficaz el maquillaje y las impurezas al mismo tiempo que hidratan intensamente y respetan el equilibrio fisiológico de la piel.

Posteriormente hay que aplicar un tónico para eliminar las impurezas residuales y descongestionar la piel, dejándola fresca, lisa y suave. Es importante que no incluya alcohol en su composición para respetar al máximo el pH y evitar la deshidratación.

Para lavar el cuerpo, los geles de ducha con urea (mínimo del 10%) son ideales ya que aportan una hidratación inmediata y permiten recuperar la suavidad e hidratación de la piel.

Exfoliación rostro y cuerpo

Las exfoliaciones semanales del rostro son una buena opción durante todo el año, ya que consiguen eliminar células muertas y aportan mayor luminosidad al rostro. En invierno es aconsejable usar exfoliantes suaves con partículas finas, sobre todo para pieles sensibles.

No hay que olvidarse de la fina piel de los labios, que se vuelve seca y agri-tada durante el invierno. Una buena solución son los exfoliantes específicos para ellos que eliminan las células muertas dejándolos más suaves, rellenos y en mejores condiciones.

Para el cuerpo no es tan importante elegir una textura (gel, crema, aceites, etc.), como conocer qué producto es más adecuado para cada zona corporal. En codos y rodillas podemos aplicar exfoliantes más energéticos, sin embargo en zonas donde la piel es más delicada, como en senos, cara interna de piernas y brazos o escote, es recomendable que sean más suaves. Una buena opción a la hora de aplicarlos es empezar por los pies e ir subiendo realizando círculos ascendentes para activar así la circulación.

Mascarillas

Un tratamiento fácil, cómodo y efectivo son las mascarillas. Con su uso se apreciará una mejoría del cutis de forma rápida, aportando luminosidad, suavidad y un efecto visible inmediato y duradero. Se pueden aplicar varias veces durante la semana, según la necesidad de la piel, en zonas como rostro, cuello y escote.

Generalmente tienen una acción hidratante, nutritiva, revitalizante, ▶



e intensiva y previenen el envejecimiento prematuro de la piel gracias a las propiedades antioxidantes. Los principios activos más recomendables son:

- **Ácido hialurónico:** altamente hidratante y reestructurante.
- **ADN:** emoliente y regenerador-intensivo.
- **Vitaminas C y E:** mejoran la elasticidad cutánea.

Una buena hidratación

Después de la limpieza y/o exfoliación es importante hidratar la piel. Igual que los geles de baño, también disponemos de cremas corporales con urea (mínimo del 10%) que permiten hidratarla a buen precio. La urea reduce la pérdida de agua y ayuda a mantener en niveles óptimos la hidratación. También promueve la renovación celular y la descamación natural. A mayor concentración su acción se potencia, consiguiendo una exfoliación hidratante.

En el mercado también encontramos cremas corporales que, además de hidratación, aportan un efecto rejuvenecedor y remodelador, reafirman y redefinen progresivamente la silueta estimulando la regeneración celular y tonificando los tejidos. Estas cremas son ideales para cualquier parte del cuerpo siendo muy recomendables en zonas delicadas como pechos o brazos ya que previenen y mejoran la flacidez.

Los principales principios activos que las componen son:

- **Extracto de células madre vegetales:** rico en fitonutrientes y proteínas, poseen propiedades regeneradoras, reparadoras y ayudan a combatir las arrugas profundas, mejorando la calidad y la textura de la piel.
- **DMAE:** promueve la síntesis de colágeno, proporcionando una acción reafirmante y antioxidante.

- **Extracto de romero:** mejora la microcirculación de la piel, favoreciendo el drenaje y un consecuente efecto anticelulítico.

Las zonas más delicadas

Una de las partes del cuerpo que se ve más afectada por el frío son las manos. Es importante mantener un estado óptimo de hidratación aplicando repetidamente crema durante el día y usar guantes al salir a la calle.

Para los **labios** una crema con efecto relleno a base de células madre y ácido hialurónico ayudará a corregir las arrugas más profundas, reforzar la estructura de sostén de la piel y aportar la hidratación necesaria.

En **rostro, cuello y escote** se aconsejan serums, cremas y contorno de ojos que conseguirán combatir la ralentización de la regeneración celular, fortaleciendo la estructura



LAS WHITENING BB CREAM

Estas cremas multiacción hidratan, unifican e iluminan el tono de la piel al instante y de forma natural. Atenúan las manchas e imperfecciones, además de prevenir y combatir la aparición de arrugas y líneas de expresión. Aportan una fotoprotección máxima, homogénea y constante contra los rayos UVA y UVB, así como un perfecto color saludable.

del tejido cutáneo, mejorando la calidad y la textura de la piel.

Protección solar también en invierno

Son muchas las personas que creen que los protectores solares solo deben usarse en verano. Sin embargo, aunque el día esté nublado los rayos del sol siguen afectando a la piel y su efecto sigue siendo el mismo, pudiendo provocar la aparición de manchas, arrugas y lesiones en la piel.

Las cremas solares con protecciones muy altas, como SPF 50+, con un amplio espectro frente a la radiación UVA y UVB, y que incorporen varios tipos de filtros solares para que realicen un efecto barrera de los rayos UV, son perfectas para usarlas a diario y asegurar la protección de la piel. ■



— **PILAR MEMBRIVE VILAS** —

Especialista en tratamientos NATURELLE - Estética y Bienestar

C/ Murillo 17, Amposta (Tarragona)
629 709 947 | @naturelleestetica