GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Guía completa para usar el retinol como una pro

Actualidad Empresarial | 24/03/2025 | 00:00

El retinol es un derivado de la vitamina A que estimula la producción natural de colágeno y ácido hialurónico. Mejora la renovación celular, pequeñas imperfecciones, arrugas finas, unifica el tono de la piel y actúa sobre las manchas cutáneas. Es uno de los activos más utilizados por los dermatólogos para el tratamiento de la piel, dadas sus innumerables propiedades. Como contrapartida, el retinol puede generar irritación en algunas pieles.

Maria José Tous, farmacéutica y formuladora de Laboratorios Kosei, responde a algunas de las dudas más comunes a la hora de utilizar un producto con retinol de forma correcta.

¿Cómo empezar a utilizar el retinol?

Lo mejor es iniciar el tratamiento con una concentración baja, máximo un 0,3? retinol. Dos o tres días a la semana, por la noche, es suficiente, de esta forma evitaremos que se genere irritación y enrojecimiento en las pieles más sensibles.

¿Se puede utilizar por el día?

No se recomienda su uso por el día, la radiación solar degrada el activo de forma más rápida. Además, la luz puede afectar a una piel que ya está sensibilizada, si se ha utilizado previamente por la noche.

¿Es necesario utilizar protección solar por la mañana?

Sí, se recomienda el uso de protección solar con alto factor de protección, independientemente del momento del año.

¿Qué es el proceso de retinización?

El tiempo que tarda la piel en acostumbrarse al Retinol. Durante este periodo de 6 semanas más o menos, conviene no subir la concentración.

¿Cuándo se puede aumentar la frecuencia de uso?

A medida que la piel lo va tolerando, después del proceso de retinización, pero no antes.

¿Cuándo se notan los efectos?

Los retinoides necesitan un periodo de 3 meses para empezar a verlos. Por eso es importante seguir utilizando el mismo producto.

¿Irritación y eficacia van emparejadas?

No siempre. Hay pieles que no se irritan y otras más sensibles, que sí. Cuando se acostumbran, puede parecer que el retinol ya no hace tanto efecto, sin embargo hay que tener en cuenta que el activo sigue estimulando la renovación celular.

Y si la piel lo tolera perfectamente ¿se puede aumentar la potencia?

Se puede aumentar la frecuencia de uso, pero no su concentración. Las autoridades sanitarias europeas han limitado su concentración máxima de uso a un 0,3% (ahora mismo todavía se puede comercializar a porcentajes mayores). También se puede aumentar la potencia del tratamiento incluyendo la aplicación de un peeling con alfa-hidroxiácidos un día por la noche.

¿Es conveniente aplicar una hidratante antes del Retinol para disminuir la irritación?

Se puede, pero disminuye su actividad.

Y después de aplicar el retinol ¿se puede utilizar una crema hidratante?

Se recomienda esperar alrededor de 20 minutos para la completa absorción del Retinol, aunque lo ideal sería utilizarlo solo para así obtener los máximos beneficios.

Laboratorios Kosei cuenta con Retikos crema con retinol encapsulado al 0,3%, esto hace que sea más estable a la luz y el oxígeno, además de mejorar la tolerancia por parte de las pieles sensibles, ya que se libera de una forma más lenta y controlada. Además, está enriquecido con aceite de rosa mosqueta, reconocido por mejorar cicatrices y estimular la regeneración de la piel; escualano vegetal, un aceite extraído de la oliva que ofrece una protección extraordinaria y vitamina E que proporciona una alta actividad antioxidante.

Autor: Redacció