

3 pasos para una piel perfecta a los 40

Noticias 24hs | 23-02-2024 | 18:39



Piel perfecta

A medida que se van cumpliendo años, la piel va sufriendo cambios importantes que pueden provocar sequedad, arrugas y pérdida de elasticidad. A esto, además, se pueden sumar hábitos poco saludables que aceleren el proceso que acaba resultando en un rostro apagado e incluso deshidratado.

Si a los 20 era sencillo hidratar la piel, a partir de los 40 se convierte en todo un reto que requiere de rutinas, ingredientes y principios activos en los productos y, sobre todo, constancia.

Desde Farmacia Casañ insisten a quienes acuden a su establecimiento, o les escriben después de conocerlos a través de internet, que hay tres pasos que permitirían volver a lucir una piel hidratada y mitigar los signos de envejecimiento.

¿Cuáles son los tres pasos claves?

Doble limpieza

Si lo que se busca es ver resultados relativamente rápido, el mejor consejo que se puede recibir es una rutina de doble limpieza.

Esto consiste en elegir, en primer lugar, un producto con base oleosa que quite cualquier resto de maquillaje, grasa o polución acumulada. Tras una limpieza con un producto adecuado a cada tipo de piel para ser retirado con agua.

En segundo lugar, se aplicará un tónico que sea acorde con las necesidades de cada piel, ya que es muy interesante equilibrar el PH de la piel tras la limpieza para prepararla para la absorción del tratamiento posterior.

Tratamientos específicos

Si lo que se busca es una hidratación que de verdad mejore la salud epidérmica y sea antienvejecimiento, es necesario tener en cuenta los siguientes cuatro tratamientos.

Contorno de ojos: esta zona, al ser más sensible, necesita de productos y cuidados específicos. El retinol o ácido hialurónico son grandes aliados para hidratar y minimizar las arrugas.

Serum: en este caso, habría que definir si el tratamiento es de día o noche ya que habría que ir variando su composición. Para el día, los expertos recomiendan ingredientes que lleven antioxidantes y ácido hialurónico mientras, que para que la piel repose y tenga una hidratación profunda durante la noche, se recomienda colágeno o retinol dentro de su formulación.

Crema o gel: en este caso la elección debe tener muy en cuenta el tipo de piel. Sabiendo qué efecto y objetivo se busca se pueden encontrar hoy en día texturas y formulaciones que se adaptan a cada situación.

Protección solar: aunque hoy en día hay mucha conciencia sobre el tema, hay que salir a la calle siempre con productos que aporten una barrera frente a los rayos ultravioleta, que acaban provocando el envejecimiento prematuro.

Exfoliación una vez por semana para luego hidratar en profundidad

Para ayudar a la piel a terminar de eliminar todas las toxinas, se recomienda una exfoliación semanal ya sea mecánica o química. Este proceso acabará por preparar la piel para una mascarilla hidratante que permita reforzar la hidratación diaria con una actuación más profunda y específica.

Las mascarillas que llevan aminoácidos, hialurónico, niacinamida consiguen unos resultados únicos ya que se usan en meso inyecciones específicas, pero también un tratamiento de choque con ampollas, que llevan mayor concentración de producto, durante un mínimo de 30 días, puede ser el mejor aliado para conseguir resultados visibles.

Por último, el colágeno líquido es perfecto para cuando queremos tratar la piel desde todos los frentes.

Autor: Redacción