

mujer hoy

TRAS LA VIOLENCIA...

SONRISAS
para la
esperanza

NATALIA DE MOLINA

¿POR QUÉ
VAS A
amarla?

Descubre
a la última
revelación del
CINE español

SALUD

**Eres lo
que
respiras**

Moda

EL NUEVO
country

Y ADEMÁS...

El estilo de
Vicky Martín
Berrocal y
los secretos
de belleza
de **Linda**
Evangelista

Las 3 nuevas crisis de la piel

Granos, rojeces, alergias... Lo que parecen problemas de adolescente se han convertido en los más comunes de las pieles maduras. Por C. Uranga

CRISIS Nº 1 ACNÉ JUVENIL A LOS 35

A los 16, un grano en mitad de la cara es una tragedia; a los 30, se convierte en una faena. Pero lo peor es cuando no se trata solo de un caso aislado.

Busca culpables y pon solución

* No tienes edad para espinillas, pero te han salido. Y sí, surgen antes de que te venga la regla o cuando estás tomando anticonceptivos o siguiendo con un tratamiento de fertilidad. Son las hormonas. Trata los granos rojos con ácido salicílico y los blancos, con peróxido de benzolillo. Y no los toques, las marcas pueden acabar en manchas.

* ¿Podría ser rosácea? Este trastorno de la piel tiene otros síntomas que veremos más adelante, pero los granos inflamados, internos y dolorosos también están entre sus

efectos. Tienes que consultar a un dermatólogo porque la solución podría pasar por una combinación de antiinflamatorios, láseres y antibióticos. Pero es el experto quien decide lo adecuado en cada caso.

* Siempre has tenido la piel grasa. Y con el tiempo emperera. Pero, claro, los tratamientos a partir de los 40 contienen emolientes para compensar la deshidratación de la piel. Y te van fatal. Necesitas un tratamiento matificante.

ADIÓS A LOS GRANOS



Normaderm Hyaluspot de Vichy (14 €). Protege los granos del exterior y los trata desde el interior.

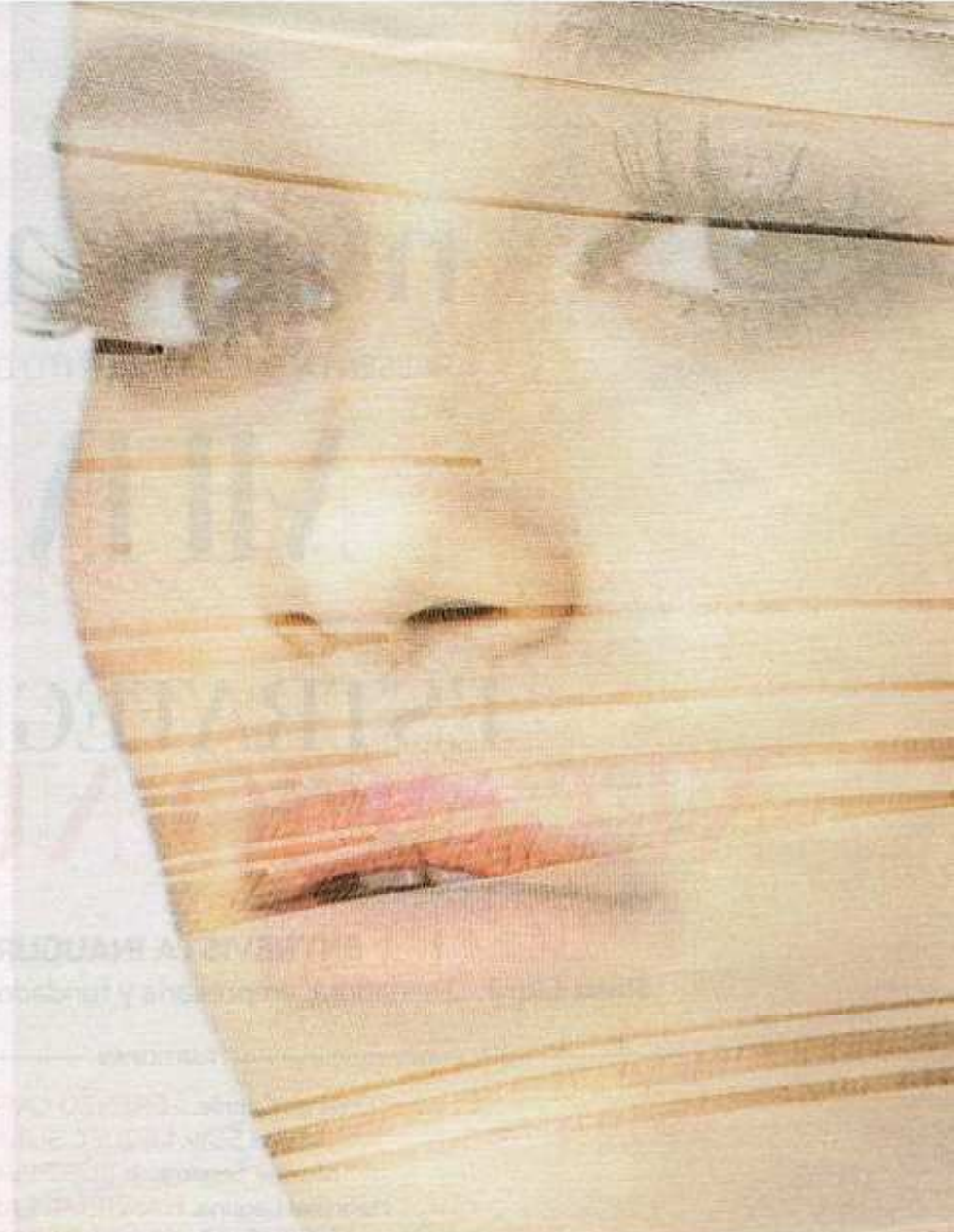


Gel Crema Antiarrugas Matificante de Be+ (32,55 €), formulada para cuidar la piel grasa.

Blemish + Age Defense de SkinCeuticals (85 €). Oil free para disminuir las imperfecciones de la piel madura.



Bálsamo Calmante de Lullage AcneXpert (28,50 €). Para pieles con tendencia acnéica.



CRISIS Nº 2 UN MAPA MUNDI DE ROJECES

En las mejillas, en la frente e incluso en el escote: las manchas carmesí pueden tener varias causas sencillas y, por lo tanto, varias soluciones...

Busca culpables y pon solución

* Tu timidez insuperable. Te sonrojas con facilidad. Es porque el estrés que te producen algunas situaciones activa la adrenalina, que dilata los vasos sanguíneos de la cara. Puedes aprender a controlarlo con ayuda de un psicólogo. O puedes aplicar frío en la vena yugular (nunca directamente sobre las mejillas) cuando te pase.

EFFECTO CALMANTE



Calm Soap de Per Purr (12 €). Un jabón al aceite esencial de camomila para pieles delicadas.



Aromessence Neroli de Decléor (52,95 €). Un sérum de aceites esenciales con efecto calmante y revitalizante.



RL/3 Serum de Matriskin (92 €). Una combinación de aceites vegetales con ceramidas, vitamina E y extracto de té blanco, que equilibra la barrera cutánea y calma las irritaciones.

Baume de Beauté 14 de Carita (33,50 €). Este bálsamo anhidro (no contiene agua) nutre, repara, protege y devuelve el confort a la piel.



* Los cambios extremos de temperatura en invierno son muy agresivos con tu rostro. Pasar del frío exterior a los interiores abrasadores y resecos por la calefacción supone una montaña rusa constante de dilatación y constricción de la microcirculación del rostro. Y se traduce en mejillas encendidas, pero también en inflamación (es la respuesta inmunológica del cuerpo a la agresión externa). E incluso sequedad. Necesitas cremas que la protejan del frío y que la ayuden a regular el flujo sanguíneo y a equilibrar la respuesta a las agresiones.

* Trastornos dermatológicos más serios, como la cuperosis o la rosácea. Ya te hemos hablado de uno de sus síntomas, el acné. Pero su manifestación más común es la rojez inflamada en la zona de las mejillas. En ambos casos, los láseres de luz pulsada dan muy buenos resultados.

CRISIS Nº 3 TU CREMA DE SIEMPRE AHORA TE DA ALERGIA

A pesar de que llevas con la misma rutina de belleza más de un año y nunca habías tenido ningún problema, ahora se te irrita la piel cuando te aplicas la crema e incluso se producen unos granitos muy pequeños, que ocupan grandes áreas del rostro.

Busca culpables y pon solución

* Las fragancias, los excipientes y los conservantes de las cremas

suelen ser las causas más comunes de las reacciones. Y puede que hasta ahora tu piel haya podido con ellos, pero ha llegado a su límite. La solución es fácil: cambia de crema.

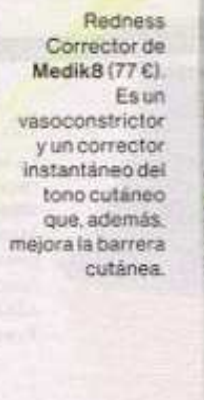
* Estás usando un antiedad cuyo principal ingrediente es el retinol. Respira tranquila, es normal que este activo cause algo de irritación. No hace falta que renuncies a sus beneficios (el retinol es el activo antienvjecimiento más potente del mercado), simplemente utilízalo por la noche.

* Pongámonos en el peor de los casos: has desarrollado una dermatitis atópica y la irritación que te causa el cosmético es un síntoma, no un problema. Ponte en manos de un profesional para que te dé las pautas a seguir, porque se trata de un problema dermatológico serio (se debe a la falta de producción de determinadas proteínas) que suele llevar asociados otros trastornos, como asma y alergias estacionales. ●

SIN REACCIÓN

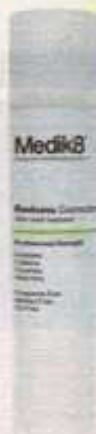


Redens Solution Daily Relief Cream de Clinique (53,50 €). Suave y sin aceites.



Redness Corrector de Medik8 (77 €). Es un vasoconstrictor y un corrector instantáneo del tono cutáneo que, además, mejora la barrera cutánea.

Antirougeurs Fort de Eau Thermale Avène (14,40 €). Un concentrado de acción precisa y calmante con extracto de ruscus.



Rosaliac CC Cream de La Roche Posay (22 €). Es un tratamiento diario que cubre y corrige rojeces.