Bella Piel®

EDICIÓN 4
DICIEMBRE 2020

RESALTA TU MAQUILLAJE
CON EL PRODUCTO
DEL MES

RUTINA PARA
QUEMAR GRASA

TIPS PARA TENER UN
UN CABELLO SANO
Y HERMOSO

LOS BENEFICIOS DEL
RETINOL EN EL
CUIDADO DE LA PIEL

TE CONTAMOS SOBRE
LA ALOPECIA

@bellapielcolombia

Los beneficios del retinol en el cuidado de la piel

El retinol es la forma más potente de la vitamina A. Es considerado el rey de los principios activos en dermatología y el antiedad más conocido.

Te has preguntado **¿Cómo actúa el retinol en la piel?**

El retinol penetra en las capas más profundas de la piel, donde se encuentran el colágeno y la elastina propios. Activa o estimula la producción de estos, contribuyendo así al proceso interno de renovación celular que permite que la piel que observamos se mantenga tersa y homogénea. Estimula también al ácido hialurónico que se encuentra en nuestros tejidos y es un factor de hidratación naturalmente activo hasta determinada edad.

Si deseas implementar el retinol en tu rutina de piel te recomendamos lo apliques en la noche, después de haber lavado e hidratado la piel. Lo ideal es que “selle”, o esté como último paso de la rutina nocturna. Su momento preciso es cuando ya hemos terminado nuestras actividades y nos disponemos a dormir, sin acción de luces artificiales encendidas, ni luz natural. Esto, porque es una molécula fotosensible. Al día siguiente lo retiramos al realizar la higiene matinal.

Son muchos los beneficios que tiene el retinol, estos son algunos de ellos:

- Estimula colágeno y elastina.
- Reduce visiblemente líneas de expresión.
- Reduce la apariencia de cicatrices superficiales.
- Ayuda a unificar el tono de la piel.
- Complementa el tratamiento de manchas solares y posteriores a procesos inflamatorios varios.
- Aporta tonicidad a los tan temidos poros dilatados.
- Permite la renovación de la piel tornándola más tersa y homogénea.
- Brinda efecto antioxidante.
- Mejora la hidratación de la piel.
- Regula la producción de grasa.
- Permanece activo en la piel 24 horas del día, a pesar de haberlo lavado.

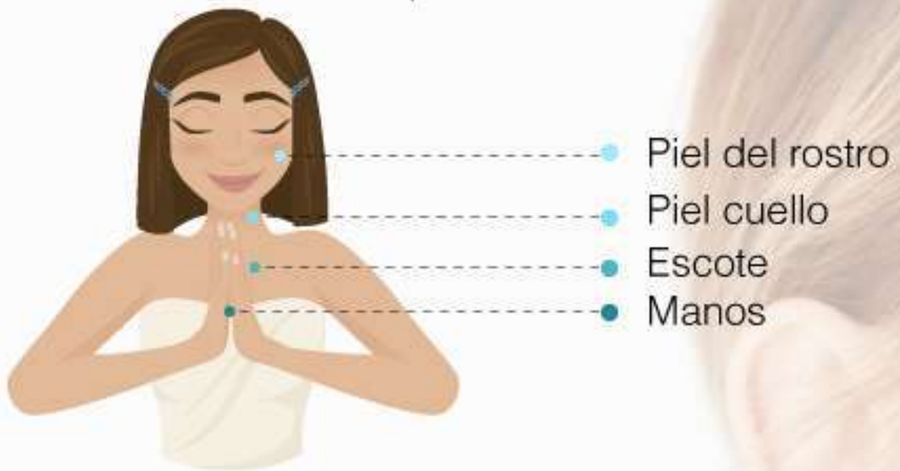
Es muy importante escoger el retinol contenido en presentaciones dermocosméticas que permitan su absorción correcta, buena tolerancia y no dejen exceso de residuo cosmético. Tener en cuenta que sean casas dermatológicas serias para que invirtamos en un producto que realmente esté pensado para cuidar la piel y muestre abiertamente su composición real además de contar con estudios científicos.

Siempre que se use se debe asegurar una correcta higiene matutina de la piel, así como hidratación y protección solar.

Recomiendo implementes el retinol en tu rutina de piel para contorno de ojos, serums y cremas incluso duales, son esas que vienen adicionalmente con hidratante a base de agua y ácido hialurónico, pero contenido en válvulas separadas de un mismo frasco.

Importante entender que los productos que contengan retinol deben ser escogidos de acuerdo con el tipo de piel. Confío en las casas dermatológicas que nos ofrecen soporte científico y productos de alta calidad. Tales como Vichy, Uriage, Isdin, Cantabria labs, IsisPharma, Rilastil, Avene, Sesderma etc. Todas estas marcas puedes encontrarlas en Bella Piel. **Click AQUÍ**

Estas son las zonas de aplicación del retinol



Importante no aplicar retinol en los ojos, bordes o esquinas de nariz y labios. No debe aplicarse en párpados a menos que sea un producto diseñado para ellos (hay unos con tecnología especifica para esa zona delicada).

Teniendo en cuenta que podemos usar varias concentraciones de retinol se adapta a pieles en las que se desea prevenir el envejecimiento y también en las que necesitan un producto para uso en casa que ayude a tratar imperfecciones o condiciones específicas como manchas, cicatrices superficiales, textura de la piel, etc. En general desde el final de la adolescencia se puede usar, pero hay que evaluar cada caso para su correcta indicación.

No es recomendable para pieles sensibles o intolerantes (rósacea y dermatitis) deben usar idealmente otras moléculas como retinaldehido o retinil retinoato, con esta hay mejor tolerabilidad y evitamos efectos adversos indeseados por su característica fotosensible.

En estas pieles sensibles además debemos iniciar con bajas concentraciones de retinoides, en vehículos muy hidratantes-calmantes, en pequeñas cantidades. Podemos iniciar 2 o 3 noches por semana. Poco a poco, según tolerancia, se puede ir aumentando la frecuencia y variando la forma de uso.

Por esto la importancia que consultes a tu dermatólogo periódicamente, son los especialistas los indicados para sugerir los productos que necesitas según tu tipo de piel.

Artículo por:
Dra. Laura Sofía Habib
Médica Dermatóloga
@lhdermatologia

Bella Piel®
Los Especialistas en
Dermatología Cosmética
@bellapielcolombia
www.BellaPiel.com.co