

## **Do's y don'ts para un bonito contorno de labios**

**Nuestros movimientos y expresiones nos definen y provocan arrugas en el contorno de labios. Con el paso del tiempo estos hábitos involuntarios se convierten en características de nuestra piel que deseamos erradicar. Además, el consumo del tabaco y la sobreexposición al sol acentúan lo que se conoce como "código de barras", algo que aterra a muchas mujeres. Los expertos de Clínica SOFT ofrecen 10 consejos para cuidar la zona y 4 tratamientos específicos para eliminar las arrugas y evitar su reaparición**

**Tabaco:** El primer paso es dejar de fumar si es fumador/a porque reseca la zona y el gesto de contracción constante acentúa las arrugas... Es la oportunidad para reconvertirse a la vida sana y "smoke-free".

**Sol:** Aún en invierno los rayos solares pueden dañar la piel y provocar que las arrugas se acentúen. Por eso, utilizar crema hidratante o protectora, así como un buen bálsamo labial es algo que se debe convertir en rutina diaria.

**Mordeduras:** Otro tema a evitar. Al final siempre, por estrés, por cansancio, por meros "tics", se termina minando los labios y el contorno, se debe hacer consciente y acabar con esos hábitos.

**Excesiva expresividad:** Gestos tan simples como sonreír o hacer muecas pueden ser un enemigo mortal de nuestros labios, que reflejan cada sencillo movimiento con signos más que visibles... Y más que antiestéticos.

**Fruta:** Es perfecta para cuidar la zona, pero además aporta un extra de energía y vitaminas buenas para la piel. Aprovecha para incluirla en desayunos, comidas, cenas y picoteos, ya sean enteras o en refrescantes zumos.

**Hidratación:** En esta época en mayor medida, los labios son la zona que más sufre la deshidratación. Por ello, como siempre, el agua se convierte en el aliado indispensable para mejorar su estado. Dos litros al día son muy recomendables.

**Exfoliar:** Para limpiar la zona de impurezas y mejorar su textura, vital a la hora de aplicar otros productos como mascarillas y cremas, para potenciar su efecto.

**Descansar:** Como siempre, dormir un mínimo de 8 horas diarias, dedicar ratos libres al disfrute y desconexión... es muy importante para hacer que el estrés disminuya y, en gran medida, quitarse de encima toda la tensión que acumula la zona.

**Maquillaje:** Hay que tener cuidado porque las bases y productos faciales resecan mucho la piel, tanto en cantidad, como tiempo de exposición. Se debe tratar de reducir el consumo, y de esta manera se estará más natural.

**Otros cosméticos:** Como son las barras de labios, gloss etc. Que suelen encantar, en mil formatos, colores y texturas, pero que agrietan, como ningún otro, los labios y el contorno. No se debe abusar de ellos, pero si no se puede resistir, se puede complementar con vaselinas e hidratantes especiales.

Y para mantener su hidratación y recuperar su estado, los expertos de Clínica SOFT proponen una serie de tratamientos con los que conseguir eliminar los signos de la edad en la zona, así como disminuir su reaparición con el paso del tiempo:

**Toxina Botulínica:** Cuando ya existen arrugas que han sido motivadas por contracciones involuntarias

de la zona. Así, relajando la zona, se evita la aparición de más arrugas. (290€)

Ácido hialurónico: Para rellenar y perfilar los labios, con un efecto similar al de la Toxina Botulínica, es recomendable para eliminar las arrugas y conseguir un aspecto muy natural. (290€)

Peeling liposomado: Para tratar las arrugas periorales, cuando estas no son tan profundas. Se realiza una exfoliación en profundidad para eliminar capas de la piel y conseguir alisar la zona. (250€- precio de dos sesiones, espaciadas por 3 semanas).

Láser CO2: Al igual que el peeling, elimina capas de la piel y consigue que luzca como nueva, mucho más alisada y radiante. En este tratamiento es vital respetar un tiempo de recuperación de aproximadamente dos semanas. (590€)

#### Acerca de Clínica SOFT

Clínica SOFT está formada por un equipo de médicos especializados en tratamientos mínimamente invasivos de cirugía oculoplástica y estética facial con los que devolver al rostro la armonía. Para ello utilizan las técnicas más avanzadas y seguras de cirugía y medicina estética, con las que se trabaja el rejuvenecimiento de la mirada con el fin de recuperar la luminosidad y la frescura facial.

El Dr. Troyano y el Dr. Genol, notables expertos con una amplia trayectoria en el mundo de la cirugía, pertenecen a la élite de los cirujanos oculoplásticos más reconocidos en el ámbito internacional y son los dos pilares que encabezan el conjunto de especialistas de la clínica. Ambos son destacados miembros de la Sociedad Española de Oftalmología (SEO) y de la Sociedad Española de Cirugía Plástica Ocular y Orbitaria (SECPOO), en las cuales imparten cursos de formación para otros profesionales. En el ámbito internacional pertenecen a la Sociedad Iberoamericana de Oculoplastia y al International Thyroid Eye Disease Society (ITEDS).

Síguenos en:

Facebook

Twitter

Instagram

#### **Datos de contacto:**

Globe Comunicación

Nota de prensa publicada en: [España](#)

Categorías: [Medicina](#) [Medicina alternativa](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>