

Cinco cosas que evitar después de hacerse un peeling según marcas como Medik8, Rosalique o Perricone MD

Para lucir una piel renovada se recomiendan tratamientos faciales de peeling como la opción más acertada

La época ideal del año para hacerse un peeling es el invierno, ya que es un tipo de tratamiento con efectos secundarios. De hecho, suele realizarse en varias sesiones con el objetivo de ir renovando la piel poco a poco. Cuando se hace, pueden presentarse irritaciones, motivo por el cual siempre se suelen plantear antes del verano, de cara a que la tez esté en perfectas condiciones en caso de que se vaya a exponer al sol. "Nuestros protocolos de peeling se alargan durante 12 semanas, un total de 3 meses, en los que hacemos alrededor de 6 sesiones de peeling con intervalos de 2-3 semanas, según cada caso, para asegurar que la piel se vaya recuperando. Preferimos hacerlo así porque, cuando se hacen peelings muy bruscos, la piel suele presentar pelado y otros efectos antiestéticos e incómodos", comenta Elisabeth San Gregorio, directora técnica de la firma Medik8.

Cuando alguien se somete a un peeling, "las rojeces o la inflamación suelen responder a un desequilibrio en la barrera de la piel que se genera a propósito mediante la utilización de una alta concentración de ácidos exfoliantes y bajos niveles de pH. Esto se hace con vistas a una renovación dérmica intensiva. Cuando la piel sufre este cambio brusco, las células se hiperactivan y fomentan una regeneración profunda", añade la cosmetóloga y biotecnóloga Sonia Ferreiro, responsable técnica de Ambari.

Puesto que la tez está más sensible tras un tratamiento de este tipo, conviene seguir una serie de consejos que harán la vida más fácil en los días siguientes. Eso sí, si se tiene un evento importante, deja el peeling para otro momento y... ¡Importante! Siempre se debe hacer un peeling en centros especializados y de la mano de expertos, formados en la técnica del peeling y sabiendo trabajar con las concentraciones y pH de cada firma.

Primero: Limitar el contacto al máximo

Tras un tratamiento relativamente fuerte, como es el caso de un peeling, la piel presentará durante los días siguientes síntomas similares a los que sufren quienes tienen hipersensibilidad cutánea. "Lo que menos le gusta a una piel sensible o sensibilizada es que la toquen demasiado. Deberá limitarse el contacto a la rutina facial de la mañana y de la noche. Es preferiblemente limpiar el rostro con agua tibia o casi fría para promover la circulación de la piel y que se calme y, a la hora de aplicar cosméticos, mejor hacerlo sellando. Para ello, aplicaremos el producto en la palma de la mano, lo mezclaremos con ambas palmas y lo llevaremos al rostro con toques, evitando masajes que puedan promover la inflamación", comenta Raquel González, cosmetóloga y directora de educación en Perricone MD.

Segundo: cambiar la rutina de skincare

Durante unos días, la piel parecerá otra y requerirá cosméticos acordes a su nuevo estado. Pedirá más hidratación y se presentará más irritable, puesto que la barrera hidrolipídica estará comprometida. Para solucionarlo, los cosméticos que se deben usar, al menos, durante la semana posterior al peeling deberán aportar hidratación, calmar y reponer la función barrera. "Solemos recomendar productos con principios ricos en humectantes, como la alantoína, la urea, el pantenol o el ácido hialurónico, así como otros ingredientes tales como el escualano, las ceramidas, la vitamina F o los triglicéridos, imprescindibles para reponer la barrera", argumenta la técnica de Medik8, Elisabeth.

Ultimate Recovery de Medik8 es una crema hidratante post-tratamiento con alantoína, árnica y betaglucanos, ingredientes calmantes y regeneradores. Se completa con componentes de base lipídica para reponer la barrera, como el aceite de jojoba, el escualano o el aceite de avellanas. 49€ en Medik8.es

Entre los principios calmantes que más pueden ayudar, "ingredientes como la centella asiática, el CBD, la niacinamida o los derivados del cobre pueden ayudar exponencialmente a que la piel se vea relajada durante los días posteriores al tratamiento", añade Bella Hurtado, directora técnica de Boutijour.

Perricone MD Rebalancing Elixir es un híbrido entre tónico y suero que calma profundamente la piel tras la limpieza gracias a su riqueza en CBD puro y un complejo equilibrante de setas. 99€ en Perriconemd.es.

Por su parte, Lotus Water Calming Mask es una mascarilla calmante y regeneradora a partir de loto de agua, extracto de camelia y centella asiática. 32€ en Purenichelab.com

Tercera: evitar el maquillaje

Los productos de maquillaje pueden tener componentes que irriten en determinados casos a pieles que sufran hipersensibilidad, ya sea temporal o permanente. Ciertos pigmentos, estabilizantes o fijadores, entre otros ingredientes, resulta recomendable evitarlos durante varios días. "Si se quiere disimular las posibles rojeces, es mejor acudir a alguna crema específica que pueda contrarrestar la rojez, más que cubrir con maquillaje como tal. Si el cosmético en cuestión se completa con principios hidratantes y calmantes, beneficiará a la piel irritada", analiza Isabel Reverte, directora de formación de Rosalique.

Rosalique 3 in 1 Anti-Redness Formula es una crema para pieles con sensibilidad cutánea, enriquecida con ingredientes como la urea, el pantenol, el alfa-bisabolol o la zeolita. Además, incluye microcápsulas que corrigen la rojez y se adaptan a la piel. Protegerá la piel durante el día con SPF50. 34,95€ en Purenichelab.com

Cuarto: ¿Deporte? Mejor retrasarlo

Cuando se hace deporte, es común que se acelere la microcirculación de la piel, presentando una congestión, algo que obedece a los cambios en los ritmos cardiacos. Del mismo modo, es probable que sudemos. "Tanto el sudor como la congestión pueden alargar el tiempo de recuperación de la piel.

Tengamos en cuenta que, tras ciertos tratamientos de alto impacto en la piel, esta no tiene su sistema inmune fuerte. Una exposición a elementos como el sudor no la beneficiarán en absoluto", añade la Raquel González, de Perricone MD.

Quinto: No tomar el sol

Tomar el sol es de por sí peligroso, pero hacerlo cuando se tiene la piel comprometida, potencia al máximo cualquier efecto que la radiación pueda hacer sobre ella. Este es uno de los motivos esenciales por los que se recomienda no hacer este tipo de tratamientos en fechas cercanas al verano, intentando evitar al máximo la exposición de la piel. No obstante, si se va a salir a la calle, se tendrá que hacer con un buen filtro solar "y deberemos reaplicar SPF cada hora, asegurando que esté protegida y con un buen escudo", concluye Estefanía Nieto, directora técnica de Omorovicza.

Complexion Perfector de Omorovicza restablece los niveles de la piel y la trata con un complejo termal rico en minerales del lago Héviz, en Hungría. Protege con SPF20 y aporta un ligero velo de color. 82€ en Purenichelab.com

Datos de contacto:

Patricia
936971730

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

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

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>