

Las expertas de marcas como Medik8 y Perricone MD recomiendan desmaquillarse cada noche para evitar envejecer hasta 10 años en un solo mes

Una periodista pone a prueba su piel y no se lava la cara durante un mes. ¿El resultado? Piel más seca, enrojecida, con arrugas más profundas y 10 años más envejecida

Uno de los grandes secretos de las pieles más bonitas es limpiar la piel, tanto por la mañana como por la noche. Se ha escuchado tanto que hasta aburre, hay que ser realistas, pero a la hora de la verdad, después de un día largo de trabajo, ¿quién no ha caído en la tentación de irse a la cama sin haberse desmaquillado? "Que levante la mano quien no lo haya hecho". Pero, si se hace de manera continuada, es mucho más peligroso de lo que nunca se hubiera podido imaginar, hasta tal punto que la piel, en solo un mes, se puede ver no solo más seca, más tirante y más enrojecida, sino que puede envejecer hasta 10 años. A continuación se explica por qué.

El experimento de no lavarse la cara en un mes

Aunque habrá quien se pueda llevar las manos a la cabeza, lo cierto es que es más común de lo que se cree, no desmaquillarse. Pero, ¿qué pasaría si lo se hace de manera continuada? ¿Será tan malo como todo el mundo dice? Fue la periodista del Daily Mail Anna Pursglove la que puso su piel a prueba durante un mes y su modus operandi todos los días era el mismo: se daba un lavado rápido en la cara mientras se duchaba, pero nada de productos limpiadores, después, aplicaba crema hidratante y continuaba con su rutina de maquillaje habitual: base de maquillaje, máscara de pestañas, delineador de ojos y brillo en los labios.

En los primeros días, además de una especie de quistes blanquecinos en las pestañas, la piel del rostro se había vuelto escamosa y rugosa, como si se tratara de una pared mal ensayada. "Es necesario limpiar la piel a diario para mantenerla saludable y evitar la acumulación de impurezas que pueden obstruir los poros y causar problemas como el acné. Es cierto que los primeros días los cambios son poco significativos, pero, a la larga, tendrá más consecuencias. Se pueden producir procesos inflamatorios que rompan las fibras de colágeno y elastina, provocando graves cascadas de envejecimiento", comenta Raquel González, cosmóloga y directora de formación de Perricone MD.

Y, en menos de 30 días, todo fue a peor. No son necesarios años y años de malos hábitos para que la piel se vea resentida. Al cabo de un mes, Anna Pursglove tenía los poros obstruidos y agrandados, la piel seca en los labios y las mejillas, los párpados rojos. La piel estaba menos elástica y, por lo tanto, las arrugas más visibles, como si se hubieran ampliado con un zoom. "En este tipo de casos, la piel no sufre únicamente por no limpiarla y seguir aplicando maquillaje en capas todos los días, también se siente más seca por la acumulación de impurezas y de la contaminación a la que está expuesta y que se asienta en el tejido, es como si estuviera estresada. Un efecto que se conoce como estrés oxidativo", explica Estefanía Nieto, directora técnica de Omorovicza.

¿Qué le pasa a la piel si no se desmaquilla?

Terminado el mes de experimento, la piel de la periodista había envejecido 10 años según los estudios

a los que se sometió. Si la piel no se limpia adecuadamente, el cúmulo de impurezas la desestabiliza dando lugar a esos radicales libres que pueden dañar el colágeno y las fibras de elastina en la piel, lo que puede provocar envejecimiento prematuro, arrugas y otros problemas. "Tantos días sin limpiar la piel, suponen una acumulación de suciedad y contaminación, lo que hace que la presencia de radicales libres se disparen y, por lo tanto, que aparezcan signos del envejecimiento, con menor firmeza y más arrugas", apostilla Ana Yuste, responsable de formación de Aromatherapy Associates.

¿Tiene solución?

Por suerte, los daños no son irreversibles en este periodo, sin embargo, si la pereza se hace dueña de la fuerza de voluntad, día tras día, hay un problema porque olvidarse de limpiar una piel que cada día se maquilla puede ser perjudicial a largo plazo. Y para que eso no ocurra, la máxima de la doble limpieza será siempre el mejor aliado, sobre todo por la noche. "Por la mañana podremos tirar con un limpiador en gel, pero recomiendo hacer doble limpieza por la noche. Así, retiraremos primero el maquillaje con un limpiador oleoso y, luego, terminaremos de limpiar impurezas con uno en gel", recomienda Bella Hurtado, directora técnica de Boutijour.

Primer paso: aceite

Con aceite de almendras, lodos purificantes y un complejo termal curativo a partir de los minerales del lago Héviz, Thermal Cleansing Balm de Omorovicza es un limpiador tipo bálsamo para detoxificar y purificar la piel, retirar todo el maquillaje, incluso el más resistente al agua, dejando la piel suave, hidratada y radiante. Al masajearse la piel el bálsamo pasa a convertirse en un aceite que retira eficazmente los restos de maquillaje. 73 € en Purenichelab.com

Limpieza híbrida

En formato híbrido, Lipid Balance Cleansing Oil, a priori parece un aceite en seco, pero luego se transforma en leche limpiadora. Se empieza masajeando el rostro en seco y, cuando se ha fundido bien, se le añade agua. Al seguir masajeando, pasará a convertirse en una delicada leche limpiadora que se puede retirar con agua tibia. Aporta ácidos grasos esenciales, como el Omega 6 gracias al aceite de cártamo, vitamina E antioxidante y extracto de moringa, un agente limpiador natural. 38€ en Medik8.es

En gel y al agua

Con tres ingredientes clave, como son el ácido alfa lipóico (ALA), el antioxidante más poderoso de la naturaleza, alfa-hidroxiácidos (AHA) encargado de exfoliar la piel de una manera suave a la vez que hidrata, y cobre, que mejora visiblemente la firmeza y la elasticidad, hidrata y revitaliza. Nutritive Cleanser de Perricone MD es un limpiador en formato gel que elimina con rapidez y eficacia el maquillaje. 40 € en Perriconemd.es

Con efecto exfoliante, Surface Radiance Cleanse de Medik8 es un limpiador que ayuda a seborregular. Incluye alfa-hidroxiácidos como el láctico o el mandélico y betahidroxiácidos (ácido salicílico). 31 € en Medik8.es

En formato espuma limpiadora, Cleansing Foam, de Omorovicza, con gluconato de cobre para purificar y regular la producción de sebo, y altramuz para revitalizar la piel, elimina todas las impurezas. Apto

para todo tipo de pieles, tiene capacidad detoxificante. 73 € en Purenichelab.com

Datos de contacto:

Patricia Alonso

936971730

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

Categorías: [Sociedad Consumo Belleza](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>