

TRATAMIENTOS

Exfoliá tu piel para verte mejor

Peelings y pulidos para disminuir manchas, cicatrices de acné y afinar arrugas. Llegá al verano con tu mejor cara

Maltú Pandolfo



El sol tenue, los días de lluvia y los atardeceres temprano son el contexto ideal para que renueves tu piel con los peelings más fuertes que quedan vedados para la temporada de sol pleno. Más brillo, menos manchas, marcas y arrugas se evidencian enseguida. Pero apurate porque octubre marca el fin del tiempo de las exfoliaciones.

Importancia. La piel se renueva cada 28 días. Con los años, el proceso se enlentece. Si disminuye la renovación celular tu piel se ve opaca porque se acumulan las células muertas en su superficie. Por eso es importante ayudar este proceso con una exfoliación periódica.

Qué es. Un pulido profundo que combate el envejecimiento cutáneo. Pule las células muertas y deja las nuevas para que la piel quede más fresca. Puede ser mecánico o químico.

Qué hacen. Pelan la piel y así la corrigen. En el caso del químico hay de distintos ácidos y a diferentes concentraciones. Minimizan arrugas finas y poros dilatados, disminuyen manchas, mejoran secuelas de acné, marcas e imperfecciones. Además la epidermis queda más permeable a los procedimientos que después reciba. A largo plazo aumenta la producción de colágeno y da un aspecto más joven.

Mecánicas. Remueven físicamente las células muertas. Puede ser por medio de un scrub o gommage, una sustancia pastosa o en gel que se adhiere a la piel y cuando se seca se desprende. Tienen función de arrastre. Otra variante es la microdermoabrasión con punta de diamante para quitar células muertas, y favorece la regeneración celular.

Químicas. Por acción de distintas sustancias, como fenol, ácido salicílico, tricloroacético, mandélico, glicólico y otros despigmentantes como el ácido kójico, ascórbico o fítico, se disuelven las células muertas. El retinoico es para pieles con acné y es el número uno de los anti-envejecimiento. Los más suaves son los de ácido mandélico y glicólico, indicados para

manchas y para mejorar la calidad de la piel. El ácido más fuerte es el de tricloroacético y sirve para arrugas profundas o cicatrices, por ejemplo, de acné. En todos los casos, a mayor concentración, más exfoliación. Y a más exfoliación más cuidados y más tiempo de recuperación.

Pulido quirúrgico. Es un raspado manual localizado en áreas peribucales y en cicatrices de acné. Después de realizado se forman costras que caen en una semana, dejando la superficie más lisa. Tiene excelentes resultados.

Para quiénes. Es para todas las pieles sanas porque ayuda a mantenerla fresca y renovada. No es necesario tener una patología. Es ideal si tenés envejecimiento prematuro por excesiva exposición al sol, o seborrea y acné no inflamatorio. Si tu piel es sensible optá por un peeling químico suave. Si es grasa va a mejorar con peelings químicos más fuertes o con una microdermoabrasión.

Ojo. No te lo hagas si tenés acné inflamatorio, rosácea o tendencia a mancharte porque tu piel puede empeorar o presentar manchas después del tratamiento. Lo mismo puede pasarte si tenés herpes, verrugas o moluscos contagiosos.

Preparación previa. Usá cremas con ácido retinoico o glicólico de noche y geles o cremas con antioxidantes, como ácido ascórbico, extracto de té verde o alfa tocoferol, de día.

Después. Hidratá la piel para reponer el manto protector hidrolipídico. Usá protector solar factor 50 aun en días nublados; aplicá una máscara hidratante, descongestiva o calmante para eliminar el enrojecimiento y refrescar la piel. Puede ser en base a hamamelis, manzanilla, aloe vera o avena. Evitá los ácidos hasta una completa recuperación de la piel, hasta siete o quince días después.

En casa. Los peelings profundos se hacen con un dermatólogo. En casa se puede exfoliar una o dos veces por semana con cremas. ●

ASESORAMIENTO: Fabián Bottegal, dermatólogo del hospital Garrahan; Cristián Sánchez Saizar, dermatólogo miembro de la Sociedad Argentina de Dermatología; Karina Nadur, dermatóloga miembro de la Sociedad Argentina de Dermatología; Adriana Raimondi, dermatóloga miembro de la Sociedad Argentina de Dermatología, www.draadrianaraimondi.com.ar.

ELEGÍ EL TUYO

• **Hydracial.** Pule la piel y suma antioxidantes y ácido hialurónico. Fija los productos con luz infrarroja. **Resultado:** tensa la piel y disminuye las arrugas superficiales. No requiere recuperación. **Sesiones:** tres. **Precio:** \$ 2500. **Dónde:** Dr. Fabián Bottegal, www.fbottegal.com.ar.

• **Peeling más hidratación y nutrición.** Se hace una limpieza y con el pulido se eliminan las células muertas. Se exfolia mecánicamente y se colocan sustancias hidratantes y nutritivas. **Resultado:** se eliminan las células muertas, la piel cobra vida y mejora arrugas finas. **Sesiones:** cuatro mensuales. **Precio:** \$ 697 cada sesión. **Dónde:** Body Láser, 4781-4244, www.bodylaserba.com.ar.

• **Criopeeling.** Es un pulido frío (con nitrógeno líquido). Tiene excelentes resultados en fotoenvejecimiento y es ideal para pieles con manchas o cicatrices de acné. **Resultado:** la piel mejora su textura. **Sesiones:** dos. **Precio:** \$ 1100 cada una. **Dónde:** Concepto Estético, 4777-9052.

• **Máscara de abrasión química controlada.** Se realiza con derivados de la vitamina A y activos despigmentantes, antioxidantes y antiage. Acelera la renovación celular. **Resultado:** aumenta la síntesis de colágeno y mejora las manchas. **Sesiones:** tres. **Precio:** \$ 1320 cada una. **Dónde:** Clínica Lemel, www.dravelialemel.com.ar.

• **Microdermoabrasión con punta de diamante.** Es un micropeeling que exfolia la piel y con un aspirador extrae las células muertas. **Resultado:** mejora los poros dilatados, la piel seborreica y afina la piel engrosada. **Sesiones:** una. **Precio:** \$ 400 en cara. **Dónde:** RO Medical Art, www.romedicalart.com.

• **Peeling químico.** Se aplica ácido retinoico en consultorio. **Resultado:** unifica el tono de la piel. **Sesiones:** tres. **Precio:** \$ 485 cada una en cara. **Dónde:** ND Skin, www.ndskin.com.ar.