



1. Sérum-Gel Global Action, Dr. Dray, Duo Global Action, junto a la crema multiactiva (165 €)

PIEL JUGOSA

O lo que es lo mismo, piel hidratada. La doctora Lázaro, experta en medicina estética, sostiene que “a partir de los 35 años, es necesario luchar contra la deshidratación y falta de firmeza”.

CONSEJO: La doctora recomienda “la vitamina C, para combatir los radicales libres por la mañana; el ácido hialurónico, para hidratar mañana y noche; retinol, de noche, para combatir manchas y líneas de expresión; y los alfa-hidroxiácidos, para renovar la piel. Y, por supuesto, de día, fotoprotección SPF 50, el mejor producto antienvjecimiento que existe”.

CARA RELAJADA

Un rostro cansado se caracteriza por la ausencia de luminosidad, la presencia de poros abiertos, ojeras y bolsas. Todo un repertorio digno de una buena huida.

CONSEJO: “Para luchar contra este estado de la piel, hay que apostar por los antioxidantes por vía tópica, como la provitamina C y la E, que ayudan a luchar contra el estrés oxidativo ambiental y los efectos nocivos de la contaminación”, apunta Cristina Castillo, farmacéutica y product manager de Eau Thermale Avène. La experta propone “empezar la mañana con una higiene suave a base de loción micelar, un sérum de defensa antioxidante y terminar aplicando algún cuidado urbano en forma de agua o gel, que cree un velo sobre la piel para impedir que las minúsculas partículas de contaminación penetren”.

TRUCO: una o dos veces por semana, realiza una exfoliación para eliminar todas las células muertas y aplícate un cuidado hidratante detoxificante en forma de mascarilla, y déjalo actuar toda la noche.



1. A-Oxitive, sérum de defensa antioxidante, Avène (40,56 €).



2. Crema Cellular Plus, Segle Clinical (38,90€).

FIRMEZA FACIAL

Uno de los principales activos para evitar la flacidez es el DMAE. Lo puedes encontrar, sobre todo, en ampollas o sérums. “Es un gran reafirmante dermatológico que ayuda a trabajar la firmeza facial no solo desde la piel, también desde el músculo, produciendo así un mejor sostén”, añade Raquel González, directora técnica de Perricone MD.



1. DMAE Pure Sérum, Apot.Care (29 €). 2. DMAE LIFT10, Segle Clinical (44,90 €).

LA HIGIENE Y LA CONSTANCIA EN LOS TRATAMIENTOS SON FUNDAMENTALES PARA CONSEGUIR LOS MEJORES RESULTADOS.

LIMPIEZA Y PROTECCIÓN COMO ESCUDO ANTIENVEJECIMIENTO

LEO CERRUD, experto en Medicina Estética, afirma que “lo principal es limpiar la piel a diario, para eliminar los residuos acumulados y aportar antioxidantes como las vitaminas C y E, en crema o sérum”. Asimismo, el doctor destaca que “hay que fortalecer su barrera natural e hidratar, con el fin de minimizar los surcos con activos como el ácido hialurónico o las ceramidas”.

De la misma manera, “hay que usar protección solar con

FPS 50 todo el año, ya que es la mejor forma de prevenir el envejecimiento. De esta forma, evitas los daños causados por la radiación UV”, asegura Inmaculada Canterla, directora de Cosmeceutical Center.

CONSEJO: “La forma correcta de aplicar la cosmética es en masaje, de abajo arriba y hacia el exterior, comenzando por el escote, siguiendo por el cuello y en la cara, desde las mejillas hacia las sienes. En la frente, en sentido ascendente”, explica Leo Cerrud.



1. Fusion Water URBAN, ISDIN (22,55€).



2. Gel para piel seca, Bio-Oil (16,95€).