

PARA CADA EDAD ||| ¿Qué usar a los 20 años?

Cuidados elementales

■ LAS CREMAS ANTIARRUGAS, ANTIOJERAS Y ANTIETCÉTERA NO SIEMPRE SON LAS ADECUADAS PARA LAS JOVENCITAS

Las necesidades de la piel varían de acuerdo con la edad que uno tiene. Generalmente se cree que los problemas de belleza comienzan después de los 40. Sin embargo, muchos dermatólogos coinciden en que el momento indicado para comenzar a cuidar la piel es durante la adolescencia, pero sin excederse ni utilizar cremas que por sus propiedades puedan corroer o reseca la piel.

LOZANÍA TOTAL

Durante esta época (la década de los 20 años) la piel suele lucir radiante y tersa. No obstante, los cuidados básicos de la piel son primordiales para el futuro, y el punto de partida en este tema es la protección de los rayos solares. “No recomiendo cremas para las mujeres en esta etapa de la vida, ya que significaría darles algo que no requieren realmente y que, por el contrario, podrían suponer efectos secundarios, a no ser que exista algún tipo de enfermedad, como el acné severo”, afirma el director de la Clínica de la Piel, el dermatólogo David Arrizales Ulloa.

Por tanto, hacer un uso irrestricto de faciales antiarrugas o antienviejimiento es un error que muchas veces cometen las adolescentes y jóvenes por el imperioso deseo de nunca envejecer o de prevenir futuras marcas de la edad. “Hay que entender que para este tipo de personas lo necesario es el uso de un bloqueador solar. Asimismo, el aseo diario es ideal por el exceso de grasa que se puede almacenar. Este



LINO ESTRADA

¿ANTES DE TIEMPO? Iniciar el uso de cremas no puede ser muy adecuado como se cree.



Más datos

■ Una piel mixta significa que puede ser grasa en una zona específica y deshidratada en las otras.

■ Es ideal recordar que nunca se debe dormir con maquillaje y con impurezas que se acumulan, pues evitan que la piel respire.

■ La automedicación puede generar irritaciones en el cutis, sobre todo a esta edad, por su sensibilidad.

debe realizarse con un jabón adecuado que posea un pH balanceado para el tipo de piel—por lo general a esta edad suele ser mixta—, asegura el médico Carlos Montenegro Infante, especialista en dermoestética.

PUNTOS CLAVE

Sin embargo, estos hábitos que suenan bastante elementales también pueden ir acompañados por el uso de exfoliantes semanales, aunque ello depende del cutis. “Lo que sucede es que estas cremas pueden ser muy fuertes para la piel de

las jóvenes, pueden irritar y ponerla sensible. Por ello, si este tipo de productos es medicado, siempre será mejor, ya que se mantendrá la lozanía, lo cual ayudará a que el cutis luzca radiante a pesar de los años”, agrega Montenegro.

Finalmente, la hidratación, que es primordial a cualquier edad, en este punto de la vida se trabaja sobre todo con la alimentación. “El consumo de agua, verduras, frutas y pescado es lo único elemental”, aconseja el dermatólogo Arrizales. ●

ARRUGAS ||| Tratamiento

PEDRO CÁRDENAS



TODOS. El tratamiento contra las arrugas no tiene género.

La tersa piel de los hombres

Hasta hace unos pocos años, los hombres solo entraban a los centros de estética para recoger a sus esposas. Esa situación ha variado sin duda, y los hombres han tomado por asalto los quirófanos y los salones de belleza. La afición por verse bien ya no tiene género. Una prueba de esta situación es el espectacular incremento de los tratamientos antiarrugas para hombres.

Según el doctor Germán Rivera, cirujano plástico de la clínica Kaleska Arroyo, “el tratamiento con la toxina botulínica, conocida comercialmente como bótox, se ha vuelto bastante popular en los hombres que desean verse más jóvenes. Básicamente, este tratamiento tiene los mismos efectos contra las arrugas en los hombres que en las mujeres, lo único que ha cambiado es su aceptación social”.

La aparición de arrugas

no hace distinciones de géneros, así que si una persona sonríe, habla o se molesta, independientemente de su sexo, es susceptible de sufrir sus consecuencias estéticas y psicológicas.

Como se sabe, la toxina botulínica bloquea la transmisión del impulso nervioso en el músculo, produce su debilitamiento y evita su contracción. De esta manera, al estar el músculo en reposo, la piel que lo cubre se relaja y las líneas de expresión se suavizan y disminuyen progresivamente.

En lo que a las arrugas se refiere, la edad tampoco representa una diferencia entre los hombres y las mujeres. “Todo depende del tipo de piel y de lo expresiva que sea la persona. Inevitablemente, las arrugas empiezan a aparecer a partir de los 30 años y la decisión de seguir este tratamiento depende de cada paciente”, comenta el doctor Rivera. ●