

IDEAL |||| Crema astringente para cutis grasoso

LINO ESTRADA

**COMPLEMENTO.**

Las banditas que limpian los puntos negros son útiles, pero lo primordial es la higiene diaria.

**BÁSICO.**

Antes de dormir, es necesario retirar el maquillaje completamente.

Pautas para un rostro liso

■ ¿LAS PERSONAS QUE TIENEN LOS POROS ABIERTOS DEBEN CERRARLOS NECESARIAMENTE? SEPA CÓMO DEBE SER LA LIMPIEZA DIARIA PARA ELIMINAR LA GRASA Y LOS NADA ESTÉTICOS PUNTOS NEGROS

Tener los poros del cutis abiertos es un problema frecuente en las mujeres de todas las edades, sea por razones genéticas, climáticas o por el mal cuidado que se hace de la piel. El hecho es que afecta por igual a las jóvenes con cutis grasoso y con barritos, y a las no tan jóvenes, desesperadas por mantener la piel de bebé a toda costa.

FUNCIÓN NATURAL

Los poros abiertos no son otra cosa que las "aberturas o bocas de las glándulas de la piel, encargadas de producir y eliminar la secreción sebácea como función natural del cutis", señala la dermatóloga Carmen Román.

NARICES OPERADAS

Las personas que acaban de pasar por rinoplastia deben tomar en cuenta algunos consejos adicionales para evitar inflamaciones y efectos secundarios indeseados.

El dermatólogo Alberto Saravia advierte: "En las narices operadas hay que esperar un mínimo de tres meses para poder realizar tratamientos netamente exfoliantes. La cirugía es siempre algo traumático y, por lo tanto, presenta un componente inflamatorio".

Por su parte, la dermatóloga Carmen

Román explica que "la piel facial sometida a cirugía de nariz necesita el mismo cuidado de limpieza: es necesario lavarla y cuidarla diariamente, dependiendo del momento mediato o inmediato a la cirugía.

Como un consejo general, lo ideal en el manejo de la limpieza facial es buscar ayuda y consejería especializada para elegir los productos que se consideren los mejores para cada tipo de piel, así cada persona sabrá qué le conviene a su cutis y qué no".

¿Banditas, tónicos o tratamientos?

Es aconsejable usar jabón dermatológico con pH neutro, luego un astringente que elimine la grasa sin irritación. Según la dermatóloga Román, las banditas, tónicos o astringentes sirven como complemento, pero no son prioritarios.

Lo importante, como dice la cosmíatra Carmen Crespo, es mantener un rostro limpio, nunca dormir con maquillaje, utilizar una crema o leche limpiadora o un astringente y, si es posible, realizar una limpieza facial mensual.

Por su parte, el dermatólogo Alberto Saravia, añade: "Los poros abiertos son un mecanismo de defensa de la piel para que exista intercambio térmico y puedan salir las toxinas del cutis".

Por ello, no podríamos cerrar algo que biológicamente está diseñado para que estar abierto. Una vez que los poros se abren no se pueden volver a cerrar. Es un mito eso de que los poros se abren y se cierran. Lo que la dermatología puede hacer es disminuirlos, dar una apariencia de que se encuentran cerrados, pero nunca tapados, y de eso se trata.

Las personas que tienen piel grasosa y, espe-

cialmente, las que no se limpian la cara correcta y diariamente, o no utilizan astringentes u otros productos adecuados, van a padecer siempre de poros abiertos, y esto se percibe en la nariz, la barbilla y la frente, conocida como la zona T.

No removerse el maquillaje diariamente antes de dormir también obstruye y dilata el poro, y con el tiempo se abre para sacar las impurezas de la piel. ●

@ >> ZONABLOGS

Delineadores y sombras (parte II):

► <http://blogs.elcomercio.com.pe/sienteteregia>