

## **Firmas como Ambari y Medik8 explican la importancia de exfoliar la piel del rostro de manera regular**

**Hay quienes dicen que, con unos correctos niveles de hidratación, la piel se autoexfolia o renueva de manera natural. ¿Es así?**

Muchos defensores del ácido hialurónico promulgan por diferentes entornos que una piel cuidada tiene las herramientas necesarias para renovarse de forma natural, sin ayuda, o, lo que es lo mismo, se autoexfolia. Esto implicaría que esa defensa de miles de especialistas sobre la necesidad de exfoliar la piel de dos a tres veces por semana sería un mito. Hablando con algunas expertas del sector, la conclusión es la siguiente: es necesario exfoliar la piel porque la magia aún no existe.

¿Cómo se renueva la piel?

La piel, en situaciones normales, dispone de unos sistemas de autorregeneración que sirven de impulso para que se vea saludable y equilibrada. "Esos mecanismos trabajan por la noche, en lo que se conoce como ciclos circadianos de la piel. Durante la madrugada y mientras dormimos, las células cutáneas trabajan para regenerar la piel y reponerla de todo lo que haya podido perder a lo largo del día", expone Raquel González, cosmóloga y directora de educación de la firma Perricone MD.

Sin embargo, dentro de que esto se enmarca en los procesos naturales de la piel, sí es cierto que un pequeño push siempre servirá de ayuda. "Es por ello que existen cremas de noches, más cargadas de determinados ingredientes o principios activos. Cosméticos que sirven de aceleradores para que la piel se regenere más rápido y mejor, retrasando al máximo su envejecimiento o, mejor dicho, promoviendo un envejecimiento saludable", apostilla Bella Hurtado, directora educación de Boutijour.

¿Significa que el hecho de que la piel sea capaz de regenerarse por si sola, implique también que tiene el poder de exfoliarse? ¿Necesita una piel regenerada exfoliación?

¿Cómo funciona la exfoliación?

Para entenderlo fácilmente, dejémoslo en que la piel se compone de células nuevas (normalmente en las capas más profundas) y viejas (ya en la superficie), que son las que suelen presentar un tono apagado y, de hecho, muchas veces se conocen como células muertas, cuando se considera que ya no tienen nada que aportar como parte de este órgano. "Las células muertas suelen estar encadenadas a las nuevas, por eso no se suelen desprender. Por mucho que la piel esté hidratada y regenerada, necesita de una ayuda para que se rompan las cadenas que unen unas células y otras para, de este modo, conseguir que se desprendan", añade Elisabeth San Gregorio, directora técnica de Medik8

Ni mucho ni poco, exfolia lo justo

Habiendo aprendido ya que es necesario exfoliarse, lo siguiente a dilucidar es cada cuánto hacerlo. "Dependerá de cada tipo de piel. Una piel en condiciones relativamente saludables podrá usar exfoliantes más activos dos o tres veces por semana. Dentro de este formato, encontramos sobre todo

sueros o mascarillas", añade Estefanía Nieto, directora técnica de Omorovicza.

Los más perezosos pueden optar por Ambari Gold Perfection22 Mask, una mascarilla de efecto glow instantáneo, con 22% de alfa-hidroxiácidos, rica en hongos Reishi y aceite de cannabidiol y aplicarla entre una y dos veces por semana. 115€ en [Purenichelab.com](http://Purenichelab.com)

En formato de mascarilla, Silver Skin Saviour, de Omorovicza, seborregula e ilumina a partir de plata coloidal antibacteriana, ácidos salicílico y glicólico para exfoliar la superficie de la piel, desobstruir los poros y minimizar la apariencia de marcas e imperfecciones. 85 € en [Purenichelab.com](http://Purenichelab.com)

Aunque hay otra opción añadida: acudir a productos que permitan la exfoliación diaria. Para ello, necesitaremos guiarnos de un experto que sepa aconsejar sobre productos de este tipo. "Normalmente, son cosméticos en formato tónico, sobre todo, que incluyen ácidos exfoliantes, pero en menor concentración", añade Elisabeth San Gregorio.

Daily Brightening & Exfoliating Peel de Perricone MD es un suero de efecto peeling para renovar la piel. No necesita aclarado y su fórmula ayuda a eliminar las células muertas, suavizando la textura irregular de la piel mientras incrementa la luminosidad. Está creado con una formulación suficientemente suave como para poder aplicarlo diariamente. Trabaja con vitamina C Ester, altamente estable, alfa-hidroxiácidos y polihidroxiácidos, ácido ferúlico y, con enzimas. En este caso, los frutos rojos y cítricos ofrecen una acción exfoliante y potenciando la fórmula. 77,25 € en [Perriconemd.es](http://Perriconemd.es)

Ante la duda: ¿exfoliación por AHA, BHA, PHA o con gránulos?

Dentro de que lo más común es la exfoliación química, la que funciona mediante alfa-hidroxiácidos (AHA), beta-hidroxiácidos (BHA) o polihidroxiácidos (PHA) y está pisando fuerte. ¿Cuál elegir? Las pieles que se puedan irritar más fácilmente, es mejor que huyan de la exfoliación mecánica, con esferas o partículas, y se decanten por una rica en ácidos, que suele presentar menos efectos secundarios. "Hay que saber que los AHAs son el estándar para cualquier tipo de piel, si bien los BHA suelen ser los mejores para pieles muy grasas o con acné por ser el ácido salicílico un poderoso antibacteriano y seborregulador. Por último, los PHA son ideales para las pieles excesivamente sensibles. Tienen un peso molecular mayor y, aunque exfolian, no penetran tanto y causan menor irritación, ofreciendo una exfoliación más gentil", concluye Esmeralda García, responsable técnica de Ambari.

Press & Glow de Medik8 es un tónico renovador formulado para pieles más sensibles. Combina las enzimas de higo chumbo que ayudan a acelerar el ritmo de renovación celular, algo que ayuda a incrementar la luminosidad de la piel y reducir el aspecto de las finas líneas y las arrugas. Se combina con otros activos como el aloe vera para calmar y con la gluconolactona (PHA), un polihidroxiácido con capacidad iluminadora y exfoliante pensado para las pieles más sensibles, ya que causa mucha menos irritación que otras alternativas, como los ácidos glicólico, mandélico o láctico. 35 € en [Medik8.es](http://Medik8.es)

#### **Datos de contacto:**

Gerardo Peña

936971730

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

Categorías: [Consumo Belleza Bienestar](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>