

## La importancia de incorporar el retinol después del verano

### Las expertas en cosmética de firmas como Medik8, Omorovicza y la cosmetóloga de Perricone MD revelan el secreto antiedad para recuperar la piel después del verano

Septiembre es un mes ideal para reintroducir el retinol en la rutina de cuidado de la piel, especialmente tras los efectos del verano en la piel. Durante esta época, la piel necesita regenerarse y recuperarse de la exposición al sol, al cloro y a la sal del mar, factores que contribuyen al envejecimiento cutáneo, manchas y deshidratación. Aunque el retinol puede ser utilizado todo el año, es en septiembre cuando su uso resulta más efectivo, ya que ayuda a regenerar y revitalizar la piel dañada tras el verano.

Como explica Marta Agustí, directora dermocosmética de Omorovicza, "empezar en septiembre puede ser la decisión más inteligente porque es cuando más resultados se notan, ya que la piel necesita más regeneración".

#### Retinol: el aliado post-verano para manchas y arrugas

Después de meses de exposición al sol, es común que la piel muestre signos de hiperpigmentación, sequedad y arrugas más marcadas. El retinol es un ingrediente clave para tratar estos problemas, ya que estimula la regeneración celular y ayuda a eliminar las células muertas que contienen un exceso de pigmentación. Según Estefanía Nieto, directora dermocosmética de Medik8, "el retinol promueve la regeneración celular y ayuda a reducir las manchas al favorecer la renovación de las células cargadas de melanina".

Además, los radicales libres generados por la exposición solar dañan el colágeno y la elastina de la piel, acelerando el envejecimiento. "El retinol, al ser antioxidante, neutraliza los radicales libres y evita la aparición de nuevos, mientras trata los ya presentes", explica Lara González, cosmetóloga de Byoode. De este modo, el retinol no solo previene el envejecimiento prematuro, sino que también promueve una piel más firme y uniforme.

#### ¿Cómo empezar a usar retinol en septiembre?

Retomar el uso del retinol tras el verano requiere comenzar el proceso de "retinización" desde cero. Estefanía Nieto, de Medik8, advierte que si se ha interrumpido su uso, "es necesario volver a retinizar la piel, ya que en aproximadamente un mes la piel deja de sentir sus efectos y debe readaptarse". El proceso de retinización puede durar entre 30 y 45 días y consiste en aplicar el retinol de forma progresiva para evitar irritaciones. Se recomienda empezar con tres aplicaciones semanales durante la primera quincena, para luego avanzar a días alternos y, finalmente, a uso diario.

#### Elegir el retinol adecuado

La eficacia del retinol depende de encontrar el tipo y la concentración adecuados para cada tipo de piel. Los retinoides, un grupo que incluye el retinol, son conocidos por su capacidad para tratar manchas, arrugas y pérdida de elasticidad. Para pieles secas, es recomendable comenzar con cremas

o aceites de retinol, que aportan una hidratación adicional. Las pieles sensibles o grasas suelen beneficiarse más del retinal, que es menos irritante y más rápido en sus efectos. Marta Agustí, de Omorovicza, sugiere que "las pieles secas prefieren empezar con fórmulas en crema, mientras que las más reactivas o grasas suelen inclinarse por el retinal".

Por otro lado, el retinil retinoato, una versión de retinoide de última generación, es ocho veces más potente que el retinol tradicional y no requiere período de adaptación. Además, puede utilizarse tanto de día como de noche, ya que no se degrada con la luz solar, como menciona Estefanía Nieto, de Medik8.

Productos recomendados:

Retinol Recovery Overnight Moisturizer de Perricone MD: Esta crema hidratante nocturna combina tres formas de retinol para ayudar en la regeneración de la piel y reducir la aparición de líneas y arrugas. (102€ en PerriconeMD.es)

Skin Vit A+ de Advanced Nutrition Programme: Suplemento que combina vitamina A, para la renovación celular, y vitamina D, para la salud de la piel y el sistema inmunológico. (29€ en Purenichelab.com)

Midnight Renewal de Omorovicza: Con retinaldehído encapsulado, este tratamiento nocturno renueva la piel de forma rápida y eficaz. (170€ en Purenichelab.com)

R-Retinoate Day & Night Cream de Medik8: Contiene retinil retinoato, un retinoide de última generación que puede utilizarse de día y de noche. (189€ en Medik8.es)

Iniciar o retomar el uso del retinol en septiembre permitirá a la piel recuperarse de los daños acumulados durante el verano, devolviéndole una apariencia más juvenil y luminosa.

**Datos de contacto:**

Patricia Alonso  
Marketing  
936971730

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

Categorías: [Nacional](#) [Moda](#) [Madrid](#) [Consumo](#) [Belleza](#) [Bienestar](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>