

# La técnica twiceeling, según las expertas, es esencial para parecer más joven

**Las cosmetólogas de Byoode y Perricone MD y las directoras dermocosméticas de Medik8, Boutijour y Omorovicza recalcan lo importante que es realizar la doble exfoliación**

La técnica del twiceeling es un enfoque avanzado en el cuidado de la piel que combina dos tipos de exfoliación para obtener resultados más visibles y duraderos en el rejuvenecimiento de la piel. Este método implica realizar una doble exfoliación, primero física y luego química, y se ha convertido en una opción destacada para aquellos que buscan maximizar la renovación celular y mejorar la apariencia general de su piel.

En palabras de Raquel González, cosmetóloga y directora técnica de Perricone MD, "cuando se habla de twiceeling en dermocosmética, se hace referencia a un proceso que utiliza una doble exfoliación en dos partes: física y química". Esto permite que la piel elimine de forma más eficiente las células muertas, promoviendo una apariencia más joven y saludable.

## Diferencias entre la exfoliación física y química

Para entender completamente en qué consiste la técnica del twiceeling, es esencial conocer cómo funcionan estos dos tipos de exfoliación. La exfoliación física se basa en partículas que, al frotarse sobre la piel, remueven las células muertas mediante fricción. Ingredientes como azúcar o semillas son comunes en este tipo de productos. Por otro lado, la exfoliación química emplea ácidos como los alfa-hidroxiácidos (AHA) o beta-hidroxiácidos (BHA), que disuelven las uniones entre las células muertas, logrando su eliminación sin necesidad de frotar la piel. Lara González, cosmetóloga de Byoode, lo explica: "La exfoliación química es más gradual, pero también más efectiva a largo plazo porque promueve la regeneración celular".

## Beneficios del Twiceeling

Cada tipo de exfoliación ofrece ventajas distintas. La exfoliación física, al arrastrar de manera más inmediata, es eficaz para eliminar impurezas como los puntos negros, mientras que la química trabaja de manera progresiva, descomponiendo las conexiones que unen las células muertas a la piel. Isabel Reverte, directora dermocosmética de Ambari, subraya: "La combinación de ambas técnicas en el twiceeling permite que la piel se regenere de forma más profunda y uniforme, mejorando la textura y el aspecto general en una sola sesión".

Otro beneficio clave del twiceeling es su capacidad para mejorar la penetración de los productos aplicados posteriormente. Estefanía Nieto, directora dermocosmética de Medik8, señala que "después de exfoliar, la piel está más receptiva a absorber los ingredientes activos de los cosméticos, lo que aumenta la efectividad de los tratamientos posteriores, como hidratantes o sueros". Esto se debe a que, al eliminar la capa de células muertas, se reduce la barrera que impide la absorción de nutrientes y humectantes esenciales.

¿Cómo se pone en práctica el Twiceeling?

El twiceeling se realiza en dos pasos. Primero, se aplica un exfoliante físico para eliminar las impurezas superficiales. Esto suele implicar un masaje suave con un producto que contenga partículas exfoliantes. Como sugiere Mireia Fernández, directora dermocosmética de Boutijour, "es importante masajear suavemente en movimientos circulares, concentrándose en áreas como la zona T, donde se acumula más grasa".

Un buen ejemplo de exfoliante físico es Petals of Botanique de Boutijour, una mascarilla con extractos botánicos y semillas de albaricoque que proporciona una exfoliación eficaz. Para quienes buscan una opción versátil, Adzuki & Ragi Fantasy de Byoode combina microexfoliación física y química, lo que permite una limpieza profunda.

Kusugua Exfoliante es un gel extrasuavizante 2 en 1, con semillas de argán 100% biodegradables y extracto de cáscara de cacao. Elimina las células muertas tanto del rostro como del cuerpo, preservando la integridad del manto hidrolipídico, con una actividad altamente hidratante, antioxidante y fortalecedora de las defensas naturales que luchan contra el envejecimiento de la piel. Disponible por 22,95€ en Aoklabs.com.

En el segundo paso, se aplica un exfoliante químico que complementa el trabajo realizado por la exfoliación física. Según Ana Yuste, asesora facial en Purenichelab, las pieles grasas pueden beneficiarse de productos con ácido salicílico para controlar el sebo, mientras que las pieles secas pueden optar por alfa-hidroxiácidos, como el ácido láctico, por su capacidad hidratante.

Algunas opciones recomendadas incluyen el Silver Skin Tonic de Omorovicza, que contiene ácido salicílico, y el Sleep Glycolic de Medik8, un suero que actúa durante la noche con un alto porcentaje de ácido glicólico.

Frecuencia y precauciones

La técnica del twiceeling no debe realizarse a diario, sino que se recomienda hacerlo una vez a la semana. "Realizar una doble exfoliación con mucha frecuencia puede sensibilizar la piel. Lo ideal es hacerlo una vez a la semana, combinando exfoliación física y química, y el resto de la semana usar productos exfoliantes más suaves como tónicos o sueros", comenta Marta Agustí, directora dermocosmética de Omorovicza.

Aplicar correctamente el twiceeling puede transformar una rutina de cuidado facial, brindando una piel más luminosa y renovada sin la necesidad de tratamientos invasivos.

**Datos de contacto:**

Patricia Alonso

Comunicación

936971730

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

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

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>