

## **Todo sobre la piel de fresa contado por las expertas de marcas como Medik8 y Perricone MD**

### **Tener la piel suave, hidratada y cuidada es un sueño, así que ojo con lo que se sueña porque esta vez se va a hacer realidad**

Hay pieles tan agradables al tacto que, aunque no sean 'nuevas' ni lavadas con Perlan, son tan suaves que parecen una fantasía. Esto parece un oasis, sobre todo para quienes tienen la piel de fresa o, más técnicamente, queratosis pilaris, que no son más que esas protuberancias rojas en la piel, a menudo en las piernas y los brazos, que no solo son antiestéticas, también causan picor. Aunque no es dañina, sí es molesta, y lo bueno es que se sabe cómo tratarla para pasar de una piel de fresa a una piel de porcelana.

"A este antiestético efecto se lo conoce de muchas maneras. Hay quien lo llama piel de gallina, también piel de fresa por su parecido con las pepitas de la fruta, pero su nombre más técnico es queratosis pilaris, aunque mucha gente ni sabe identificar que la padece", señala Raquel González, cosmetóloga y directora de formación de Perricone MD. Y añade: "es una condición genética folicular de la piel muy habitual causada por una acumulación de queratina en los folículos pilosos".

La piel de fresa puede aparecer en cualquier momento de la vida, aunque lo más común es que surja en la niñez o, más tarde, ya en la adolescencia; también la pueden padecer las mujeres que están a punto de dar a luz o aquellas personas que se enfrentan a picos de estrés. "Se muestran granos o protuberancias ásperas sobre algunas zonas del cuerpo como la parte de atrás de los brazos, las piernas y glúteos. En resumen, da un cierto aspecto de lija a la piel", añade Estefanía Nieto, directora técnica de Omorovicza.

### **¿Por qué tienes la piel de fresa?**

La queratosis pilaris está relacionada con una acumulación de queratina en los folículos pilosos de la piel. Tanta, que produce ese efecto rugoso. Y ahora la duda es: ¿qué es la queratina? Elisabeth San Gregorio, directora técnica de Medik8 lo explica. "La queratina es una proteína que se encuentra en la piel, el pelo y las uñas y, en el caso de que exista una sobreacumulación, puede obstruir los folículos pilosos y, como consecuencia, aparecen esas protuberancias ásperas características de la queratosis pilaris que se pueden llegar a irritarse y adquieren un color rojizo, como el de las fresas".

### **¿Cómo la puedes tratar?**

#### **Exfoliación**

Por lo primero que hay que empezar es por exfoliar la zona, al menos, una o dos veces por semana porque "ayuda a suavizar y reducir la apariencia de las protuberancias en la piel, eliminando el exceso de queratina", como aconseja Raquel González. Eso sí, es importante tener en cuenta que la exfoliación en exceso puede irritar y dañar la piel, sobre todo si se trata de una piel sensible o propensa a la sequedad. "Ni en exceso ni demasiado poco. Es igual de clave no exfoliar la piel de fresa con demasiada frecuencia o no hacerlo demasiada fuerza para no irritar y producir otras patologías dérmicas", añade la cosmetóloga.

"Funcionan muy bien los exfoliantes que contienen ácido salicílico o ácido láctico porque exfolian con

menos irritación y ayudan a disolver la acumulación de queratina en los folículos pilosos y a reducir la inflamación. Además, el ácido láctico potencia la hidratación. Para ello, podemos incluso aplicar nuestros productos exfoliantes faciales en el cuerpo", explica Sonia Ferreiro, cosmóloga, biotecnóloga y responsable técnica de Ambari. Este tipo de ácidos se puede encontrar en Blemish Control Pads, de Medik8, unas almohadillas clarificantes con un 2% de ácido salicílico que combaten los brotes y cuidan la piel. 42 € en Medik8.es

#### Hidratación

Después, hay que hidratar. "Para mantener la piel suave, es esencial hidratar y prevenir la acumulación de queratina. En este caso, las cremas hidratantes ricas y nutritivas, además de los aceites serán las grandes aliadas", señala Marta Agustí, experta en belleza de la tienda online de cosmética nicho Pure Niche Lab.

Quienes prefieran las texturas en crema tendrán un flechazo con la Body Cream de Omorovicza. Se trata de una crema corporal rica, nutritiva y renovadora que hidrata y mejora el aspecto general la piel y aporta nutrición gracias a la combinación de aceite de semilla de albaricoque rico en vitamina A. También cuenta con aceite de semilla de ciruela para restaurar y mejorar la flexibilidad de la piel; manteca de karité, encargada de nutrir y ayudar a aumentar el contenido en lípidos de la piel y pectina de manzana, sumamente humectante. 82 € en Purenichelab.com.

Si, por el contrario, si se siente predilección por las texturas en aceite, Relax Body Oil, de Aromatherapy Associates no solo dejará la piel de todo el cuerpo hidratada, también notarás cómo se siente relajada y completamente nutrida gracias a ingredientes como la camomila y el Ylang Ylang. 60 € en Purenichelab.com.

Los más perezosos pueden aplicar una o dos veces a la semana Ambari Gold Perfection22 Mask, una mascarilla de efecto glow instantáneo, con 22% de alfa-hidroxiácidos, rica en hongos Reishi y aceite de canabidiol. 115€ en Purenichelab.com.

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

Gerardo Peña  
936971730

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

Categorías: [Sociedad Consumo Belleza Bienestar](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>