

Expertas como Raquel González explican que con el frío, se debe usar la crema de noche por la mañana

[Multimedia](#)

Será la encargada de aportar un extra de hidratación y nutrientes a la piel ante estada bajada extrema de las temperaturas

Durante estos días de frío intenso, probablemente los más fríos del año, es crucial proteger la piel y evitar que la barrera hidrolipídica se resienta en exceso, provocando un desequilibrio de los niveles de hidratación, "Pudiendo desencadenar en irritación, problemas de rojez o descamación de la tez, daños involuntarios que se producen por las agresiones directas sufridas sobre la piel", comenta Estefanía Nieto, directora técnica de Omorovicza. Por ello, para tratar de soportar y cuidar la piel ante estas temperaturas frías extremas, es verdaderamente importante aportar un extra de cuidado e hidratación para evitar futuros problemas cutáneos.

Pues bien, las cremas de tratamiento nocturno hidratantes están diseñadas para trabajar de manera ultraeficaz aportando el máximo número de nutrientes y beneficios a la piel durante el periodo circadiano, que como explica Elisabeth San Gregorio, directora técnica de Medik8: "La etapa nocturna donde la piel se renueva de manera natural, elimina toxinas y repara el daño, un periodo comprendido generalmente entre las 23h y 3h de la madrugada", coincidiendo con las horas de descanso y sueño. ¿Qué beneficios aportan? "Las hidratantes nocturnas suelen ser más ricas en nutrientes y ayudan a la piel en su proceso de renovación, aumentando la producción de colágeno y mejorando notablemente los niveles de hidratación para amanecer con un rostro luminoso, fresco hidratado y repulpado, a partir de ingredientes que aseguran la función barrera, destacando los productos ricos en aceites y omegas que ayudan a reponer la barrera de hidratación", comenta Raquel González, directora de educación de Perricone MD.

Ante esta explicación, ¿Se ha pensado en aplicar el tratamiento de hidratación nocturno durante las mañanas frías de invierno para aportar un extra de hidratación y proteger a la piel? Esta será una opción más que positiva. "La piel se desequilibra muchísimo con las temperaturas extremas, perdiendo hidratación. Si se le aporta un extra como el de las cremas nocturnas por la mañana, se verá beneficiada. Esto es algo conveniente en días contados, como son aquellos de copiosas nevadas, cuando uno va a esquiar o cuando cambia de un ambiente húmedo a uno muy seco", explica Valeria Navarro, directora técnica de Boutijour. Aquí van una selección de productos recomendados.

Omegas 3, 6 y 9 para una barrera más fuerte

Intensive Overnight Moisturizer de Perricone MD es una crema hidratante nutritiva de textura y acabado aterciopelado que trabaja para retexturizar la piel,

mejorar la elasticidad y relajar notablemente la apariencia de líneas y arrugas. “Se trata de una hidratante perfecta para restablecer la barrera protectora ante pieles que están sometidas a un elevado estrés oxidativo. Contiene acilglutación, un antioxidante natural que ayuda a reducir los signos de envejecimiento. También es rica en vitamina F (omegas 3, 6 y 9) para aportar ácidos grasos al tejido” comenta Raquel González, directora de educación de Perricone MD. Precio: 165€. Disponible en perricone.es

Escualano y ácidos grasos

Rejuvenating Night Cream de Omorovicza es una crema nutritiva nocturna fortalecedora de la piel de textura sedosa que logra calmar y reconfortar la piel mientras se disfruta de su agradable aroma ayudando a impulsar la renovación celular. “Esta fórmula está infundada con extractos de frutas antioxidantes, ácidos grasos esenciales, escualano y triglicéridos que trabajan en sinergia para cicatrizar y reparar los tejidos dañados”, describe Estefanía Nieto, directora técnica de Omorovicza. Precio: 139€. Disponible en purenichelab.com

Aceites selladores

Anti-Ageing Intensive Skin Treatment Oil de Aromatherapy Associates es un aceite de tratamiento facial rico en vitaminas que alivia la piel extremadamente seca y tirante, ayudando a reconfortar la piel después de estar sometida a temperaturas extremas y daños externos como el sol, el viento y la nieve. “Formulado con germen de trigo, rosa, lavanda y aceite de semilla de rosa mosqueta que ayudan a cuidar la piel estresada, relajando el tejido y aportando un extra de vitalidad. Además, la textura oleosa hará barrera, impidiendo que la piel pierda su humedad”, comenta Catalina Narváez, directora técnica de Aromatherapy Associates. Precio: 70€. Disponible en purenichelab.com

Restauración intensiva

Advanced Night Restore de Medik8 es una crema antioxidante avanzada de noche que trabaja para restaurar e hidratar la piel en profundidad ayudando a dejar un cutis suave, repulpado y con un aspecto más juvenil. “Destaca su composición en péptidos restauradores que ayudan a la renovación celular y un complejo de ceramida rico en ácidos grasos que logra imitar la barrera lipídica natural de la piel aportando restauración y nutrición intensa. Las ceramidas serán fundamentales para evitar que la piel pierda hidratación durante el día”, explica Elisabeth San Gregorio, directora técnica de Medik8. Precio: 58,80€. Disponible en medik8.es
