

Lo mejor para rellenar las arrugas y rejuvenecer tu piel

Cremas y tratamientos estéticos que alisan tu piel y previenen la aparición de nuevas arrugas



Total

Descubre lo mejor para rellenar arrugas y lucir una piel más joven, tersa e hidratada.
Antonio Terrón.

Araceli Nicolás

Actualizado 22/04/2019 09:25

COMPARTIR



Las arrugas son, junto a las [manchas](#) y la [flacidez](#), síntoma del envejecimiento de la piel. Aunque son una respuesta natural de nuestro organismo, sí podemos retrasar su aparición y mejorar su apariencia. ¿Cómo? Llevando un **estilo de vida saludable**, protegiéndonos del sol, usando [cosmética para rellenar las arrugas](#). Y, por supuesto, con **tratamientos de medicina estética**. Si te preocupan tus arrugas, echa un vistazo a nuestras propuestas.

Las **arrugas** son uno de los primeros signos del **envejecimiento** cutáneo. Aparecen por la **pérdida de elasticidad y tono de la piel**, que se produce por el paso de los años, la genética y otros factores externos como el **sol**. Afortunadamente cada vez hay más opciones para **rellenar las arrugas** y lucir una piel más joven.

¿POR QUÉ APARECEN LAS ARRUGAS?

El primer motivo es el **envejecimiento**, el paso de los años hace que la piel pierda elasticidad y se vuelva más frágil. Nuestro organismo produce **menos colágeno, ácido hialurónico y elastina** y esto hace que la piel se seque, provocando la aparición de las temidas arrugas. Pero hay otros factores que también fomentan las arrugas, como la **exposición al sol**, la **contaminación**, el exceso de gesticulación, la **alimentación**, o el **tabaco y el alcohol**.

Contra el paso del tiempo no puedes hacer nada, pero sí puedes llevar un estilo de vida **más saludable** para **retrasar el envejecimiento de la piel**. Y además, ser **constante en la aplicación de cremas faciales** te ayudará a hidratar tu piel y hacer que esté más elástica y fuerte, protegiéndola de las arrugas.

CREMAS PARA RELLENAR LAS ARRUGAS

Si quieres que tu crema antiarrugas sea eficaz y además de rellenar las arrugas, prevenga la aparición de nuevas, debes elegir productos eficaces y que contengan **ingredientes** potentes. **Maribel Sánchez Lavado, asesora cosmética de la Clínica Dermatológica Internacional**, recomienda tres principios activos para luchar contra las arrugas:

- **Retinoles**: el **activo antiedad** por excelencia. Su acción principal es como **renovador celular**, llegando a capas más profundas de la piel, en comparación con otros activos cosméticos. Mejora las **arrugas**, pero también las pieles fotoenvejecidas o el acné.

- **Vitamina C:** de acción **antioxidante**, consigue bloquear los procesos oxidativos en la piel que aceleran la aparición de arrugas, manchas o flacidez.
- **Ácido hialurónico:** con el paso del tiempo, esta sustancia que se encuentra de manera natural en nuestro organismo, disminuye provocando flacidez y arrugas. Los productos con ácido hialurónico mejoran los niveles de hidratación de la piel.

Aquí tienes una selección de cremas para rellenar las arrugas:

TIME-FILLER NIGHT CREMA DE NOCHE MULTICORRECTORA DE ARRUGAS,
FILORGA



Time-Filler Night Crema de noche multicorrectora de arrugas de Filorga, inspirada en las técnicas de los tratamientos estéticos para rellenar las arrugas.

Filorga

Una crema que se inspira en las técnicas de los tratamientos estéticos para **rellenar las arrugas**, alisando la piel e hidratándola. Tiene un efecto tipo bótox contra las arrugas de contracción, efecto tipo relleno contra las arrugas profundas, efecto tipo peeling contra las arrugas superficiales y efecto tipo meso contra las arrugas de sequedad. Time-Filler Night de Filorga (65,50 euros) cuenta con una revolucionaria fórmula que borrará tus arrugas noche tras noche.

HYALURON CELLULAR FILLER CREMA DE DÍA, NIVEA



Total!

Hyaluron Cellular Filler Crema de Día de Nivea ayuda a la piel a producir su propio ácido hialurónico, colágeno y elastina.
Nivea

Esta crema ayuda a las células de la piel a producir su propio ácido hialurónico, colágeno y elastina y a reponer sus reservas de hidratación. Además, crea un escudo protector gracias a su factor SPF 30. Hyaluron Cellular Filler Crema de Día de Nivea (15,49 euros) cuenta con una fórmula a base de ácido hialurónico, colágeno y elastina que **previene y reduce las arrugas**, al tiempo que hidrata y regenera la piel.



Eucerin® Hyaluron-Filler FPS30 es una crema que rellena las arrugas más profundas, a la vez que protege la piel del sol.
Eucerin

La exclusiva fórmula de esta crema de textura ligera, con FPS 30 y protección UVA, ofrece una rápida absorción y un acabado mate. Rellena las arrugas más profundas desde el interior consiguiendo un aspecto rejuvenecido, una piel suave y protegida frente al sol. También puede servir como una excelente base de maquillaje. La crema Eucerin Hyaluron Filler FPS30 (36 euros) **combina ácido hialurónico de alto y bajo peso molecular** para actuar sobre el origen de la arruga. Además la glicerina-saponina estimula la producción de ácido hialurónico de la piel.

CRÈME ROSE LUMIÈRE MULTI INTENSIVE, CLARINS



Crème Rose Lumière Multi Intensive de Clarins, un traitement redensifiant pour remplir les arrugas de la piel.
Clarins

Un tratamiento anti-edad para las mujeres de más de 50 años que aporta un efecto buena cara instantáneo. En su fórmula, un derivado de la vitamina C, atenúa las manchas para una tez más uniforme. Además, la Crème Rose Lumière Multi Intensive de Clarins (107,50 euros) cuenta con propiedades redensificantes gracias al extracto de harungana bio y a un tetrapéptido anti-edad que se combina con el efecto alisante de unas perlas de relleno.

MAGIC CREAM DE CHARLOTTE TILBURY



Magic Cream de Charlotte Tilbury está enriquecida con retinol, algas rojas y un complejo de péptidos para mejorar las arrugas.
Charlotte Tilbury

Producto estrella de la firma de la [maquilladora](#), ha sido formulada con extracto de células madre Daphne, retinol de liberación sostenida y alga roja de Marigel que trabajan conjuntamente para mejorar el aspecto de la piel. Magic Cream de Charlotte Tilbury (90,55 euros) incluye también un complejo de péptidos BioNymph que ayuda a reducir el aspecto de las arrugas y devolver la luz al rostro.

24-HOUR DEEP WRINKLE CREAM, AHAVA



24-Hour Deep Wrinkle Cream de Ahava minimiza las arrugas y reafirma los contornos del rostro.
Ahava

Una avanzada hidratante 24h que minimiza la apariencia de líneas visibles y arrugas. La crema 24-Hour Deep Wrinkle Cream de Ahava (83 euros) está enriquecida con el complejo Apple of Sodom y con ingredientes activos, que **disminuyen las arrugas** y reafirman los contornos del rostro, dejando la piel bien hidratada, suave y fresca.

RELLENOS DE ÁCIDO HIALURÓNICO

La doctora Mery Lamah Castro, experta en medicina estética y miembro de **Top Doctors**, explica que los rellenos inyectables de ácido hialurónico son una de las técnicas de rejuvenecimiento facial más populares. Los rellenos de ácido hialurónico se utilizan para **rellenar arrugas y pliegues faciales**, además de mejorar el aspecto de los labios. El tratamiento tiene una duración **de 15 a 45 minutos** y se realiza con una aguja fina o mediante cánula en la dermis. Esto le otorga un aspecto más terso y joven a la piel de forma inmediata, aunque los mejores resultados se alcanzan pasados los 3 meses del tratamiento. Es una técnica que **no necesita recuperación**, aunque sí pueden aparecer algunas rojeces o una leve hinchazón, que duran como máximo 3 días. Transcurridos **6-12 meses**, el cuerpo metaboliza y absorberá el ácido hialurónico.