

MEDIO	FECHA	CONCEPTO	PRODUCTO	DESCRIPCIÓN
PSYCHOLOGIES	01/04/2013	PRENSA ESCRITA	CLINICA DERMATOLOGICA INTERNACIONAL	Informe Abril
PÁGINA	DIFUSIÓN	CATEGORÍA	EDICIÓN	PERIODICIDAD
110 y 111	30.023	SALUD	NACIONAL	MENSUAL

estar bien **bienestar**

**TRATAMIENTOS**

# Una batalla contra los poros

Los poros dilatados restan luminosidad, vida y belleza a la piel. No es posible cerrarlos, pero sí hacer que no aumenten o no se noten tanto.



Un poro abierto no se cierra jamás. La frase es firme, contundente, despiadada incluso, pero real. Y conviene escribirla en primer lugar, para tener claro que, como tantas veces, en esta batalla tampoco existen los milagros. Y no, a nadie le gusta el aspecto graso, apagado y poco saludable de un rostro con poros grandes y visibles. Por eso, uno de los logros que a toda amante *beauty* le gustaría alcanzar es esa piel de textura continua y prieta no tan valorada por quienes, como por arte de magia, la tienen sin grandes esfuerzos. No, aquí no hay magia que valga, pero sí lo que podríamos calificar como “don genético”. Y es que, en el problema de los poros dilatados, el factor genético es decisivo. Entonces, ¿no se puede hacer nada? Sí, muchas cosas. Al menos si quieres iniciar una dura, pero gratificante, batalla contra lo que técnicamente se denomina “salida de los folículos polisebáceos”.

Las causas de la dilatación de los poros son, además de la predisposición genética, el tamaño de las glándulas sebáceas, el envejecimiento, la exposición solar crónica, el acné y la seborrea. Además, las hormonas pueden

**PREVENIR ES CURAR**

La edad no es un enemigo a combatir, pero sí un factor al que estar alerta. Y es que nuestras glándulas sebáceas inician su actividad en la adolescencia, cuando los poros son más visibles, por lo que a esa edad todos los cuidados serán pocos. Lo mismo sucede en la menopausia: disminuyen los estrógenos, nuestra epidermis adelgaza y los poros dilatados se hacen más evidentes.

URBANLIP

MEDIO	FECHA	CONCEPTO	PRODUCTO	DESCRIPCIÓN
PSYCHOLOGIES	01/04/2013	PRENSA ESCRITA	CLINICA DERMATOLOGICA INTERNACIONAL	Informe Abril
PÁGINA	DIFUSIÓN	CATEGORÍA	EDICIÓN	PERIODICIDAD
110 y 111	30.023	SALUD	NACIONAL	MENSUAL

## → ¿sabías que...?

Los láseres dermatológicos han supuesto una revolución en el tratamiento de las cicatrices del acné y los poros dilatados, logrando una mejoría en la textura de la piel a través de la reorganización e inducción de nuevo colágeno.

afectar al tamaño de los poros, por lo que muchas mujeres verán cómo varían en función del momento de su ciclo menstrual”, explica a PSYCHOLOGIES la Dra. Elena Tévar (Clínica Dermatológica Internacional). Si bien antes el tamaño del poro se asociaba a cambios fisiológicos relacionados con la edad, Tévar nos cuenta que hoy los poros son considerados “una enfermedad dermatológica susceptible de tratamiento”. Pero, entonces, ¿es posible, mediante un tratamiento, hacerlos desaparecer? “No. Conseguimos disimular el poro más que reducir su tamaño”, nos comenta la Dra. Tévar.

**S**ea para mejorar o reducir los poros, lo importante es plantarles cara. Y conocer bien a nuestros enemigos. Uno de ellos, el sebo, que aparece cuando las glándulas sebáceas lo producen de forma excesiva. Como hay más grasa, los poros se abren para expulsarla. Los temidos poros dilatados y visibles. Ya está dicho: el factor genético puede jugar en nuestra contra. Pero una persona con la piel grasa puede lograr que este problema no vaya a más. Lo primero, informarse y acudir a un dermatólogo. Lo segundo, un estricto protocolo diario de limpieza.

CURRO CAÑETE

## ↓ tus aliados



**PORE REFINING SOLUTIONS, CLINIQUE.** Maquillaje que suaviza los poros. (c. p. v.)



**DARPHIN SKIN MATE.** Mejora la textura de la piel mixta-grasa. Absorbe el exceso de sebo. 61 €



**LIMPIADOR ENERGIZANTE FACIAL, SOTHYS HOMME.** Limpiador masculino que revitaliza la piel. 33 €



**TEA TREE PORE MINIMISER, THE BODY SHOP.** Un bálsamo para reducir la apariencia de los poros. Con aceite de árbol de té. 14 €



**CARITA PARIS**

PROGRESSIF

CRÈME DE LAIT DÉMAQUILLANTE JEUNESSE

**CRÈME DE LAIT DÉMAQUILLANTE JEUNESSE, CARITA.** Crema desmaquilladora con ingredientes antienvjecimiento. (c. p. v.)

## → rutina de belleza

Como hemos explicado, los poros dilatados son más frecuentes en las pieles seborreicas, es decir, las pieles grasas, que se reconocen por el brillo que produce el aumento de la producción de sebo (sí, las mismas pieles que presentan mayor tendencia al acné). El sebo se acumula y termina marcando este rasgo de la piel tan poco estético. ¡Actúa!

**1 PIEL REALMENTE LIMPIA.** Para combatir el sebo, lo

primero que debes hacer es lograr una piel realmente limpia. Compra cosméticos limpiadores y no te olvides del tónico astringente, que, con la ayuda de un algodón, se aplica sobre tus zonas grasas, pues produce sequedad de los tejidos orgánicos, disminuyendo la secreción. Cada cuatro o cinco días, aplícate una mascarilla limpiadora: expulsarás impurezas que se encuentran en capas más profundas de la piel. Cada tres o cuatro meses, si tu bolsillo te lo permite,

sería una idea excelente que te pusieras en manos de un profesional para que haga una limpieza más profunda de tu piel. No apliques sobre tu piel, bajo ningún concepto, productos oclusivos y oleosos.

**2 DORMIR SIN MAQUILLAJE.**

No te vayas a la cama, absolutamente nunca, sin quitarte el maquillaje. Por muy cansada o muy tarde que llegues, desmaquíllate. Por el bien de tu propia piel.

**3 HIDRATACIÓN.** Una piel, del tipo que sea, nunca estará sana si no está maravillosamente hidratada. Pero si tu piel es grasa o mixta, la hidratación, además, puede reducir la secreción de sebo. Por una razón muy sencilla: si tu piel está deshidratada, es más débil e indefensa, por lo que producirá más sebo para sentirse protegida de las agresiones. Y más dilatados estarán los poros. Eso sí, escoge productos libres de grasa. ¡Y bebe mucha agua!