

# TELVA

BELLEZA

## Cremas de supermercado, ¿son tan buenas y eficaces como parecen?

Varias dermatólogas nos desvelan si son tan efectivas y qué tienen que tener para que funcionen en tu piel



¿Es normal el furor que despiertan las cremas de supermercado? Te lo contamos de la mano de dos expertas.  
Inaxtree.

Clara Sánchez de Ron @clarasanchezderon

Actualizado 19/11/2019 18:53

COMPARTIR



Las [cremas faciales](#) se han convertido en el nuevo dorado de la cosmética y de la [belleza](#). Sin embargo, tenemos el dilema de siempre, ¿son mejores las más caras? ¿nos podemos fiar de las cremas de supermercado? ¿funcionan y son tan buenas como parecen? Preguntamos a varias expertas dermatólogas para que nos den su veredicto y te contamos cuáles son las [cremas](#) que más se venden en el supermercado.



# E

l precio de un cosmético no siempre es directamente proporcional a su eficacia. Es decir, una crema más cara no necesariamente tiene que ser mejor o más efectiva que una más barata. "En el precio de una crema más cara se paga la investigación que hay detrás del producto y la calidad de los ingredientes pero también otros factores que tienen que ver con la experiencia de compra y su posicionamiento en el mercado (su imagen, su prestigio, su packaging...) y esto influye en la diferencia de precios que encontramos en cosmética", nos asegura **Lidia Maroñas**, dermatóloga de la **Clínica Dermatológica Internacional**.

En lo que a nosotras nos atañe que es la efectividad y la seguridad de las nuevas cremas de supermercado que arrasan y baten récords de ventas, su principal ventaja es que son [productos de belleza](#) más asequibles para la mayor parte de la población mientras que las cremas de lujo son mucho más exclusivas.



---

## ¿FUNCIONAN POR IGUAL LAS CREMAS QUE COMPRAS EN EL SUPERMERCADO?

Pues evidentemente no siempre por la concentración de principios activos y la calidad de éstos. "Cuando vamos a comprar nuestra crema de cabecera debemos fijarnos en la letra pequeña, es decir, en la etiqueta donde se especifican sus componentes y valorar si éstos son adecuados para nuestras necesidades. Y además la galénica del producto es otro indicativo más secundario de la calidad del producto (su textura, su olor, su color, cómo se funde en la piel porque hay cremas carísimas que son maravillosas pero, por supuesto, también podemos encontrar cremas más económicas que cumplen con estos estándares de calidad" apunta **Maroñas**.

Así que desde el punto de vista práctico deberemos elegir la crema que más se ajuste a nuestra realidad. "Que aporte la hidratación justa que necesite nuestra piel, que no nos provoque alteraciones y que incluya ingredientes demostradamente beneficiosos como los antioxidantes: coenzima Q10, [vitamina C](#), vitamina E, ferúlico, ácido hialurónico o [retinol](#)", nos asegura **María Segurado**, doctora dermatóloga y jefa del servicio del **Hospital Sureste de Madrid**.

Y desde el punto de vista de una dermatóloga como **Segurado**, "una crema buena independientemente del precio, debe estar bien formulada, tener texturas originales que se adapten a cada piel, con ingredientes que hayan demostrado su eficacia a lo largo del tiempo y que a ser posible, venga avalada por un laboratorio o empresa de confianza, con un respaldo en investigación y desarrollo I+D, con unos controles de calidad adecuados y unos estudios de tolerancia antes de su puesta en el mercado" por lo que no resultan iguales las cremas de supermercado que otras que llevan un respaldo en investigación y desarrollo detrás.

---



---

## ¿PASAN LAS CREMAS DEL SUPERMERCADO LOS CONTROLES NECESARIOS PARA SER IGUAL DE EFECTIVAS?

A diferencia de los medicamentos en los que sí existe una normativa muy exquisita para su desarrollo y posterior distribución y venta, en cosmética la legislación es más laxa y no exigen ensayos clínicos que demuestren la eficacia de los productos y no están obligados a especificar minuciosamente el detalle de sus principios activos, "en muchas cremas es imposible encontrar la concentración de los mismos. Y esto es aplicable a todo el sector cosmético, tanto low cost como en alta cosmética. Por ello e independientemente del precio de la crema, un requisito mínimo para elegir tu crema de cabecera has de ser saber qué te estás aplicando en la piel, es decir, que tenga especificado qué principios activos contiene" nos comenta Maroñas.

---

## ¿POR QUÉ LA GENTE ALABA LAS CREMAS LOW COST QUE ENCUENTRAS EN TU SÚPER?

A todos los consumidores, nos gusta tener soluciones fáciles, accesibles y asequibles que cumplan con el efecto esperado para la inversión económica que hacemos. Es por eso, el éxito que tienen este tipo de cremas para la cara. "Posiblemente a una crema más barata le exijamos generalmente menos que a una crema más cara en la que hemos depositado unas expectativas de efectividad y satisfacción proporcionales a su precio" concluye la doctora Maroñas.

## CREMA ANTI-EDAD DE DÍA DE LAVANDA DE GARNIER BIO EN TODOS LOS SUPERMERCADOS



Para una piel más uniforme y joven, la suave crema antiedad de lavanda de **Garnier Bio** (8,95 euros) se puede utilizar sola o acompañada de unas gotas faciales de lavanda para aumentar la luminosidad de la piel

---

#### CREMA DRAGON'S BLOOD DE ROFERSAM A LA VENTA EN MERCADONA



Crema *Dragon's Blood* de Rofersam.  
Rofersam.

La crema *Dragon's Blood* de Rofersam apenas cuesta 5 euros y que se vende en **Mercadona** ya lleva más de un millón de unidades vendidas desde su lanzamiento. Tiene activos hidratantes y antienvjecimiento y en su fórmula incorpora un poderoso extracto antioxidante y regenerador extraído de la savia roja del árbol *Croton Lechleri* y contiene un 4 por ciento de proantocianidas y taspina, de efecto antioxidante y regenerante.

## CREMA FACIAL EFECTO LIFTING FPS 30 DE RNB COSMETICS EN MERCADONA



Crema facial efecto lifting FPS 30 de RNB Cosmetics.  
RNB Cosmetics.

Combate la pérdida de firmeza en la piel a la vez que la protege y evita la aparición de nuevas arrugas gracias a sus filtros solares. Así es la crema facial efecto lifting FPS 30 de RNB Cosmetics que triunfa en Mercadona y que cuesta 4 euros.

## CREMA DE DÍA ANTIEDAD NATURAL BELLE EN EROSKI



Crema antiedad Natural Belle que triunfa en Eroski.  
Eroski.

Combina la acción de distintos activos naturales para atenuar y prevenir los signos de envejecimiento cutáneo y lucir una piel bonita. Así es la crema antiedad *Natural Belle* que triunfa en Eroski y cuesta 8,50 euros. Cuenta con un 99,5 por ciento de ingredientes de origen natural y sello Ecocert. Contiene aceite de argán, rosa alpina, manteca de karité y vitamina E.

## CREMA ANTIARRUGAS Q10 CIEN DE LIDL



Crema de día antiarrugas Q10 Cien de Lidl.

Lidl.

La crema de día antiarrugas Q10 de Lidl (3 euros) ha sido reconocida una de las mejores del supermercado en España según estudios de la OCU. En cuanto a su composición el elemento estrella de la crema es el lifan, un complejo activo a base de ingredientes específicos para reducir la apariencia de las arrugas. Reafirma la piel, tiene efecto re-energizante y previene la aparición de otras nuevas. También incluye ácido hialurónico (ingrediente altamente hidratante), vitamina E (un antioxidante esencial para la piel), filtro solar UVA/UVB y la coenzima Q-10 (una sustancia semejante a una vitamina fundamental para el buen funcionamiento de todas las células, ya que las recarga de energía).