

TELVA

BELLEZA

Cómo eliminar un grano en tiempo récord

Tres expertos nos cuentan qué hacer y qué no hacer ante la presencia, siempre molesta e incómoda, de un granito



Descubre los trucos de los expertos para eliminar un grano en tiempo récord.
Antoni Bernad

Aunque no sufras [acné](#), es normal, sobre todo, en [pieles grasas y mixtas](#), que los [granitos](#) y espinillas aparezcan de forma inesperada en las zonas más visibles. Son siempre inoportunos, ya sea por el lugar donde están (la punta de la nariz, el centro de la frente, la barbilla...) o por el momento en el que aparecen (antes de un evento o una cita importante). Por eso, con la ayuda de tres expertos vamos a contarte cómo deberías actuar ante la presencia de los dichosos **granos y espinillas** para **acabar con ellos** de la forma más rápida posible.

Los cambios hormonales que traen consigo la [menstruación](#), el estrés y la tensión o el uso de cosméticos que no resultan adecuados para tu piel pueden ser la causa de tus granitos. Aparecen siempre en el momento más inoportuno y en el lugar más visible, y **la primera tentación es explotarlos**. Pero hay que evitar tocarlos, ya que según el **doctor Pedro Rodríguez, dermatólogo de Clínica Dermatológica Internacional**, "se corre el riesgo de infectarlo o de romperlo en profundidad, con el problema de poder dejar una [cicatriz](#)". Además, la experta en belleza y estética **Carmen Navarro** añade que "la infección podría trasladarse a otra zona y **provocar un brote de acné**".

¿CÓMO ELIMINAR UN GRANO MOLESTO?

Ahora que ya sabes que es mejor no tocarlo, ante la presencia, siempre incómoda, de un granito, la **farmacéutica María José Cejas Delgado, titular de Farmacia Europa**, recomienda "hacer una buena limpieza y recurrir a productos cosméticos con poder **asringente, secante y renovador**". El dermatólogo Pedro Rodríguez aconseja aplicar "productos específicos [secantes](#) con **ácido glicólico y salicílico**, que funcionan, sobre todo, en lesiones inflamatorias iniciales". Por su parte, Carmen Navarro apuesta por "usar una **mascarilla antiacné** y tratar con productos purificantes, como el [aceite de árbol de té](#), que es antiséptico y fungicida".

¿SE PUEDEN MANIPULAR EN ALGÚN CASO LOS GRANOS Y LAS ESPINILLAS?

Lo ideal es acudir a un **centro de belleza y estética** para que una profesional realice la extracción de forma correcta. Si lo vas a hacer en casa, debes tener en cuenta que, según el dermatólogo Pedro Rodríguez, solo deberíamos manipular "los comedones cerrados, esos puntos blancos muy superficiales, y teniendo la precaución de **limpiar siempre bien antes la zona**". La farmacéutica María José Cejas aconseja: "lavar la zona y tras la manipulación proceder a desinfectar la lesión, hacer la **limpieza facial** y usar algún cosmético que ayude a **secar la lesión**, con peróxido de benzoilo o exfoliantes como el glicólico".

¿Y SE PUEDEN DISIMULAR CON MAQUILLAJE?

Otra opción, ante la presencia inesperada de un grano es tratar de taparlo o disimularlo con el corrector y la base de maquillaje. En este caso deberás usar "**productos oil free**, específicos para pieles grasas o acnéicas", según la farmacéutica María José Cejas. Ya que como, apunta el doctor Pedro Rodríguez, "los maquillajes oclusivos y grasos, pueden empeorarlo y hacer que salgan otras lesiones de acné en la zona". Además, Carmen Navarro señala que "se puede usar maquillaje **siempre que no haya una herida abierta**, porque podría infectarse".

PRODUCTOS QUE TE AYUDARÁN A ELIMINAR LOS GRANOS EN TIEMPO RÉCORD

Si tu piel es grasa o mixta, y de vez en cuando tienes granos, te aconsejamos tener en casa algún **producto secante** que te ayudará a eliminar los granos de forma rápida. Estos productos funcionan en lesiones iniciales, sobre todo, y que no hayan sido manipuladas.

CLEANANCE SPOT CUIDADO LOCALIZADO DE AVÈNE

Práctico, eficaz y discreto, seca y purifica las lesiones a la vez que previene su desarrollo. Cleanance Spot Cuidado Localizado de Avène (14,55 euros) destaca por su acción secante gracias a la asociación de **polvos de arcilla que absorben el exceso de sebo** y del gliceril laurato que regula la hiper producción de sebo. Sus activos desecantes, desincrustantes y purificantes limitan el riesgo de proliferación bacteriana.



CLEAR OUT DE CLARINS

Tratamiento purificante específico para secar y atenuar visiblemente las imperfecciones, como los granos. Clear Out de Clarins (17 euros) tiene una **textura de gel fresco** que calma la sensación de escozor y las irritaciones.



SÉBOLOGIE TRATAMIENTO LOCALIZADO CONCENTRADO STOP GRANOS DE LIÉRAC

El ácido azelaico injertado y el polvo de calamina antiséptico **detienen la proliferación de la bacteria Propionibacterium Acnes** y reducen la presencia de granos y marcas residuales. Sébologie Tratamiento localizado concentrado Stop Granos de Liérac (18 euros) presenta una fórmula bifásica, que facilita su aplicación en un solo gesto para eliminar los granos más rápidamente.



ACNIBEN ON THE SPOT DE ISDIN

El gel de secado rápido Acniben On The Spot de Isdin (10,45 euros) ayuda a **disminuir el enrojecimiento y el volumen de los granos localizados**, promueve su desaparición y alisa visiblemente la piel. Contiene niacinamida que interrumpe la evolución de las imperfecciones, ácido mandélico, que ayuda a evitar las marcas, ácido salicílico, un exfoliante que ayuda a liberar poros y prebióticos, que equilibran la flora.



BLEMISH SOS DE MEDIK8

Este gel de acción rápida puede acabar con los granos localizados en 12-24 horas gracias a su infusión con ácido salicílico y niacinamida. Además Blemish SOS de Medik8 (22 euros) incluye también ácidos dioico y azelaico, para **exfoliar la piel y acabar con las células muertas**, permitiendo así entrar hasta la raíz del grano y actuar con su fuerza antibacteriana.

