

BELLEZA

Limpiadores faciales: ¿cuál elegir según tu tipo de piel?

Jabón, aceite desmaquillante, leche limpiadora, agua micelar... Descubre qué fórmula es la mejor para la limpieza y el desmaquillado de tu rostro



Jabones, bálsamos, aceites, toallitas... Descubre cuál es el mejor limpiador facial según tu tipo de piel
Antonio Terrón

Araceli Nicolás

Actualizado 07/01/2019 12:50

La [limpieza](#) diaria, por la mañana y por la noche, es el primer paso de una piel bonita, luminosa y joven. Y cada vez existen más productos para realizarla: leche limpiadora, aceite desmaquillante, bálsamo, jabón, espuma, toallitas, [agua micelar](#)... Independientemente de los gustos, algunas fórmulas son más adecuadas para la piel seca y otras para la [piel grasa o mixta](#). Descubre cuál elegir según tu tipo de piel.

E

l universo de los [limpiadores faciales](#) no para de crecer: leches desmaquillantes, jabones, bálsamos, espumas, aceites, agua micelar, toallitas, geles... Diferentes productos y texturas con un mismo objetivo: la **limpieza del cutis**. Es, sin duda, el primer paso de la rutina de belleza, y uno de los más importantes, **tanto si nos maquillamos, como si no**, para prevenir el [envejecimiento de la piel](#), y conservar su [luminosidad](#).

La limpieza no solo elimina el maquillaje, también las **células muertas** que nuestra piel produce a lo largo del día o de la noche, y las **toxinas** que acumulamos por la [contaminación medioambiental](#). Por eso es necesario hacer una limpieza diaria, dos veces al día, por la noche y por la mañana. Pero, **¿qué producto elegir?** Con tantas opciones disponibles muchas veces nos decantamos por la que más nos gusta, o la más rápida (toallitas y aguas micelares) sin ser las más adecuadas para nuestro tipo de piel.

LIMPIADORES FACIALES PARA LA PIEL SECA O MADURA

La doctora **Elena Tevar**, dermatóloga de la Clínica Dermatológica Internacional, nos explica que "*para las pieles secas lo ideal son los limpiadores con textura cremosa o base oleosa, como las **leches limpiadoras o los aceites desmaquillantes***".

Estos productos, además de limpiar la piel, ayudarán a **mantener su hidratación y nutrición** y por eso son perfectos para las [pieles secas o maduras](#) en las que el uso de productos astringentes y jabones agresivos, podrían irritar y resecar, provocando esa molesta sensación en la piel de tirantez.

LOS MEJORES PRODUCTOS PARA LIMPIAR LA PIEL GRASA O MIXTA

En el caso de las pieles **grasas o mixtas** ocurre lo contrario que en las secas. La doctora Elena Tevar no recomienda usar leches ni aceites desmaquillantes, *"hay que evitar productos cremosos o con base oleosa, sobre todo en las pieles con tendencia **acneica** ya que incrementarían la producción de sebo. En estas pieles lo ideal es usar **desmaquillantes en formato gel que se aclaren con agua**, de forma que se arrastran los residuos y se evita la obstrucción de los poros"*.

Espumas y geles faciales, también algunos jabones, con ingredientes astringentes, son los más recomendados para la limpieza de la piel grasa y mixta.

¿CÓMO LIMPIAR UNA PIEL SENSIBLE?

Algunos limpiadores pueden resultar muy agresivos para las **pieles más sensibles** e intolerantes. Si es tu caso, la dermatóloga de la Clínica Dermatológica Internacional recomienda usar el **agua micelar**. *"Este producto sirve para limpiar y desmaquillar, no precisa aclarado, y suelen ser **fórmulas hipoalérgicas**, por lo que son perfectas para las pieles intolerantes, aunque el agua micelar sirve para todas las pieles"*, apunta Elena Tevar.

Si usas maquillaje, y optas por el agua micelar, el único problema es que tendrás que pasar **varios algodones para eliminar todos los restos**. Pero puedes usarla, por ejemplo, por la mañana, cuando no es necesaria una limpieza tan exhaustiva, y elegir por la noche un gel, mouse, bálsamo, aceite o leche limpiadora, según tu tipo de piel.

No nos olvidamos de otro de los productos de limpieza más prácticos y rápidos, las **toallitas desmaquillantes**. Los expertos recomiendan usarlas de forma esporádica, cuando estamos de viaje, para ese día que estás tan cansada que te irías con el maquillaje a dormir (pero sabes que es un grave error y que le pasará factura a tu piel), o el día que tienes mucha prisa.