

# Acaba con las manchas faciales



Abigail Campos



Las hormonas, los genes, el sol, el proceso de envejecimiento, algunos malos hábitos... ¡Ya es hora! Acaba con las manchas faciales.

## *Cómo prevenirlas*

No te sientas un bicho raro: las **manchas** suelen aparecer a partir de los 35 años y, una vez cumplidos los 65, afectan al 90 % de la población. Son fundamentalmente de dos tipos: **hormonales y provocadas por el fotoenvejecimiento**, aunque también existe un cierto componente genético. Algunas no se pueden prevenir, pero sí conseguir que no empeoren con unos gestos sencillos. Y si las quieres eliminar por completo, hay tratamientos médico-estéticos efectivos.

## *Protégete*

Lo más importante es que te defiendas de los rayos solares usando fotoprotectores a diario -también en invierno y dentro de los edificios- en las zonas expuestas (cara, escote y manos fundamentalmente). En la playa y la piscina no estés mucho al sol y ponte sombrero.

Publicidad

## *No te pongas perfumes*

Si te lo aplicas en la piel **antes de tomar el sol** puedes estar favoreciendo la aparición de

manchas. Muchos llevan en su composición sustancias fotosensibilizantes como alcohol, bergamota o almizcle, que se activan con los rayos ultravioleta.

### *Valora sesiones de láser*

Los llamados lentigos o manchas seniles (las que van apareciendo con el paso de los años en las áreas más expuestas al sol) se quitan fácilmente con un par de sesiones de láser Q-Switched (desde 150 €). Si no se tratan, pueden sufrir un proceso de queratinización, señala la doctora Christine Schrammek, dermatóloga y fundadora de la firma cosmética que lleva su nombre ([schrammek.es](http://schrammek.es)). En ese caso, el tratamiento es de una sola sesión con láser de CO2 (desde 120 €).



### *Con luz LED*

A los láseres clásicos se les suman otros tratamientos como **la luz LED**, que produce una estimulación celular con luz verde que corrige las alteraciones pigmentarias (30 €/sesión, durante 6 semanas, en la clínica del doctor Moisés Amselem, [clinicaacidohialuronicomadrid.es](http://clinicaacidohialuronicomadrid.es)).

### *Con infiltraciones*

Para manchas hormonales (y si el láser te da respeto) puedes probar opciones como la terapia intralesional despigmentante, que **infiltra sustancias en la dermis y solo en las manchas** (4 sesiones a 120 € cada una, en el centro Lajo Plaza, [royalmedical.es](http://royalmedical.es)); o la técnica Magnet Eraser, con tecnologías cosmecéuticas, en el centro Gema Cabañero (120 € por sesión, [gemacabanero.com](http://gemacabanero.com)).

*Continúa leyendo...*

