

◀ Cómo acabar con las manchas en la piel ▶

Dime cómo es tu mancha y te diré qué tienes que hacer para acabar definitivamente con ella

Mamen Infante 03 noviembre 2014



Son muchos los factores que influyen en la aparición de manchas, siendo la edad y la exposición a los rayos del sol las principales causas. El estrés en la piel, causado en ocasiones por cambios hormonales, tampoco ayuda. Además, algunas pieles son más susceptibles a las marcas oscuras después de un brote de acné o a sobreproducir pigmentos si se han irritado. El Dr. Vicente Alonso Usero, dermatólogo y miembro de la AEDV (Academia Española de Dermatología y Venereología), nos ayuda a conocer los últimos tratamientos para combatir los distintos tipos de manchas: cosmética, peelings, láseres...



Detalle del maquillaje de A. Detacher (defile primavera-verano 2015) © Mondadori

Para empezar, una buena noticia: **las técnicas tienden a ser cada vez menos agresivas y más eficaces**. Y, para seguir, una advertencia: **consulta al dermatólogo siempre**. En el tratamiento contra las manchas, hay que escoger correctamente, porque la elección de un proceso no adecuado puede empeorar el problema. Vamos por partes:

¿POR QUÉ SALEN MANCHAS?

LO + LEÍDO

- 1 Cómo abandonar un grupo de Whatsapp
- 2 10 cosas que (quizá) no sabías sobre Cara Delevingne
- 3 De la despensa a la bañera

PUBLICIDAD

celebTweets

Hugh Grant @HackedOffHugh
RT @GMB: A child is reported missing every five minutes in the UK - help find them: <http://t.co/WUj8rJUMjB> #GMBSearch <http://t.co/jAvKKkibUA>

Bibiana Fernandez @Devilisawoman
Buenos días familia, hoy doy por calidad las flores de la cabeza, maravilloso trabajo de Alicia, pero... <http://t.co/Qg5zWY3SX7>

De la Iglesia @alexdelalglesia
RT @robbieacuff: #WitchingAndBitching by @alexdelalglesia is fucking amazing! You are one of my favorite directors, sir!

Elena ballesteros @elenballesteros
Venga un poco de marcha pa'l cuerpo :D <http://t.co/5Jwlq1bG88>

Cara Delevingne @Caradelevingne
Birthday suit @kendalljenner
❤️ 🍷 🍷 🍷 🍷 🍷
<http://t.co/FQhk72nOrw>

Dita Von Teese @DitaVonTeese
Attending the Los Angeles County Museum of Art Gala last night. <http://t.co/ZAJ54eu51a>

Las manchas en la piel son el resultado de la diferente distribución de la melanina y las células que la producen, los melanocitos. La melanina es el pigmento que nos permite protegernos de los rayos solares. Por tanto, al exponernos al sol, los melanocitos segregan más melanina.

Según las causas por las que aparecen, se clasifican las manchas en diferentes tipos:

Léntigos: Son pequeñas manchas de coloración parduzca que aparecen en cualquier zona del cuerpo y que, a diferencia de las pecas, no cambian de color con la exposición solar. Suelen aparecer con los años, fruto de la acumulación de horas de sol. Cuando son pequeñitas, no es demasiado difícil eliminarlas con, por ejemplo, láser.

Melasma: Son manchas más grandes, de color marrón claro o intenso que aparecen casi exclusivamente en mujeres y que se producen o agravan en el embarazo (cloasma), por la toma de anticonceptivos o durante la menopausia. Suelen aparecer en cara, frente, mejillas y generalmente a partir de los 30 años y son también las más difíciles de tratar por la influencia hormonal. Contra ellas, el tratamiento tiene que ser continuado y prolongado todo el año. Es posible conseguir un blanqueamiento total, pero la hiperpigmentación puede volver a reaparecer en un descuido.

¿Las pecas son manchas? Sí. Son acumulaciones de pigmento de coloración que se localizan en zonas expuestas a la luz del sol, como cara cuello y brazos en personas de piel blanca, intensificándose con la exposición solar.



Cintia Dicker, las pecas más famosas de la pasarela

¿EXISTE ALGO REALMENTE EFICAZ CONTRA LAS MANCHAS?

Son recomendables las cremas y peelings despigmentantes, y el uso controlado por dermatólogos de determinados láseres y fuentes de luz. Generalmente el tratamiento es complejo y hace falta combinar varios tipos. Pero es importante dejar claro que no cualquier peeling ni cualquier láser está indicado contra las manchas. De hecho, muchos pueden ser contraproducentes.

En cuanto a la cosmética, **fíjate que el producto que elijas tenga alguno de estos ingredientes** como agente despigmentante: la hidroquinona y sus derivados, el ácido retinoico, el retinol, el ácido kójico, ácido azelaico o vitamina C. La elección de uno u otro dependerá del tipo de mancha y, sobre todo, las condiciones de la piel (¡ojo las sensibles!, consultad siempre al dermatólogo).

PUBLICIDAD

Newsletter
Actualidad, moda, shopping... en tu mail

SUSCRIBIRSE

f t p i

desfiles



PUBLICIDAD

Si el caso es grave, a la crema y el serum habrá que sumar un tratamiento con peeling médico, láser o luz pulsada.

¿Hacen algo las cremas y sueros despigmentantes?

Sí. Pueden conseguir un tono de piel más radiante y uniforme, pero necesitan tiempo y constancia. Para ver mejoría, habrá que esperar mínimo un mes y medio.



© Mondadori Photo

¿QUÉ TIPO DE PEELING ES BUENO CONTRA LAS MANCHAS?

Los que practican los dermatólogos con experiencia. En ellos, normalmente usan alfa y beta hidroxiácidos (ácidos glicólico, salicílico o pirúvico) junto con sustancias despigmentantes (hidroquinona, ácido retinoico, kojico o vitamina C) en diferentes combinaciones y concentraciones que ellos elegirán en función del efecto deseado y el tipo de mancha.

Es importante que lo haga un médico porque antes del peeling hay que saber preparar la piel y, después, cuidar los resultados con una estricta y alta protección solar durante varios días o semanas.

Si te cuesta renunciar al sol, no tires el dinero: de nada sirve acudir al dermatólogo o gastarte el dinero en cremas y sueros. Un solo minuto sin protección solar puede afectar a una piel con tendencia a la hiperpigmentación.

¿Y EN LÁSER CONTRA LAS MANCHAS, QUÉ HAY DE NUEVO?

La luz pulsada y los láseres *Q-Switched* han sido el mejor tratamiento para las manchas tipo léntigo, y siguen siéndolo, ya que no han parado de evolucionar con la aparición de nuevos tipos como los fraccionales. Por otra parte, aunque clásicamente han estado contraindicados en las manchas hormonales tipo melasma, determinados protocolos aplicados por dermatólogos pueden ser válidos para casos muy concretos.



¿Quieres una piel luminosa? Te recomendamos el tratamiento facial anti-aging *À Plus* de Sileã. Además de combatir manchitas, tiene efecto lifting. (85 € / 55 minutos). Más info. En sileacosmetics.es. © Sileã

Descubre el shopping de aliados contra las manchas:

play

pantalla completa

2/15



White Lightening Complex de Is Clinical

Es una crema despigmentante nocturna formulada para todo tipo de pieles, especialmente las hiperpigmentadas por hormonas y las que tienen manchas de la edad.

Sentirás una leve exfoliación al aplicarlo pero sin causar ni rojez ni inflamación.

Precio: 174,65 €.

En ikonsgallery.com



Etiquetas: [Cosméticos](#) - [Piel](#) - [Trucos beauty](#)

Grazia te recomienda



Tengo una mancha en el bigote por el sol, ¿qué hago?



¿Cómo camufo una mancha del sol?



¿Cómo leer la etiqueta de tus cosméticos?



20 trucos para lucir buena cara

LO ÚLTIMO EN GRAZIA

MODA



Beyoncé une fuerzas con Topshop

BELLEZA



Cómo acabar con las manchas en la piel

CELEBS



Top 10: los mejores looks de la semana

LIFESTYLE



Conocer a sus padres... y sobrevivir

GRAZIA TV



Smokey eyes para fiesta





Halloween express



De la despensa a la bañera



Halloween VIP



Inteligencia plástica



Clara Lago en su mejor momento

PUBLICIDAD

GRAZIA
MONDADORI
INTERNATIONAL
BUSINESS

Contacto
Publicidad
Revista

SÍGUENOS EN:



› TIENDAS y PUNTOS DE VENTA
› Bases legales de concursos

@GRAZIA 2014 | Aviso legal