

Eucerin®

10 CLAVES

PARA MANTENER A RAYA
EL ACNÉ Y LAS MANCHAS
POST-ACNÉ



¿QUÉ LE PASA



A MI PIEL?

A large, circular, microscopic image of a skin cell is positioned in the top left corner. It shows a textured surface with numerous small, dark, circular spots, likely representing pores or cellular structures.

No eres la única y no estas sola...

3,5 MILLONES DE JÓVENES ESPAÑOLES SUFREN ACNÉ COMO TÚ

Cuando llega el buen tiempo los mecanismos de la piel se ajustan para hacer frente a las agresiones medioambientales: más sol, un ambiente más contaminado (por la disminución de las lluvias), pólen y por lo general menos horas de sueño.

La relación entre el cambio de estación y la aparición de brotes de acné es un hecho. Por eso, con la llegada de la primavera y el aumento de la temperatura, se estimula la producción de sebo y se dilatan los poros, lo que puede ocasionar que se obstruyan y den lugar a granos, espinillas y otras manifestaciones cutáneas más severas, como los brotes de acné.

POR ESO TE VAMOS A DAR 10 CLAVES PARA MANTENERLO A RAYA.

LET'S GO

1

Una adecuada higiene facial con agua templada y con limpiadores suaves sin jabón y sin fragancias, dos veces al día.



TIPS

- Utiliza el Gel Limpiador Facial como primer paso en su rutina de cuidado de la piel, dos veces al día: por la mañana y por la noche.
- Humedecer la piel y aplicar una pequeña cantidad de Eucerin® DermoPure Oil Control Gel Limpiador mediante un suave masaje por el rostro y otras zonas afectadas.
- Dejar actuar unos instantes y posteriormente aclarar con abundante agua tibia.

2

Practica deporte moderado de forma habitual desmaquillada y con la piel limpia. Uno de sus beneficios es la mejora de la circulación, que disminuye las inflamaciones, muy comunes en la piel con imperfecciones y propensa al acné.



3

Bebe agua, y que no falte fibra y proteína en tu dieta. La dieta es fundamental para mantener la salud de la piel.

4

Date un respiro por las mañanas: Meditar durante 5 minutos diarios para desconectar, escucharse a uno mismo y en concentrarse en el cuerpo, y en especial en la respiración, ayuda a reducir el acné provocado por el estrés.

5

Es muy importante no manipular los granos y evitar tocarse la cara.

6

Menos es más: maquíllate con productos específicos para pieles acnéicas o con imperfecciones, ¡y con productos no comedogénicos! Parecerás más joven y tu piel lo agradecerá.

7

Intenta dejar descansar la piel de la mascarilla algunas horas al día siempre y cuando sea posible.



8

Protégete del sol todo el año. La exposición excesiva a los rayos UVA y UVB puede resecar la piel y las imperfecciones pueden provocar problemas de pigmentación si quedan expuestas en exceso al sol.

9

Lavar toallas y fundas de almohadas frecuentemente. Nunca usar la misma toalla de las manos para la cara y limpiar todas las superficies que puedan tener contacto con la cara como los móviles.

10

Duerme al menos 7 horas y media para que el proceso de renovación celular se realice correctamente.



LA RUTINA



HIGIENE

Para lograr una higiene efectiva sin resecar antes de aplicar el tratamiento.



TRATAMIENTO

DERMOPURE Sérum Triple Efecto con Thiamidol®. Para eliminar las manchas post-acné.



PROTECCIÓN

DERMOPURE Fluido Protector FPS30. Para protegernos del sol y prevenir la aparición de nuevas manchas.



HIGIENE

Para lograr una higiene efectiva sin resecar antes de aplicar el tratamiento.



TRATAMIENTO

DERMOPURE Sérum Triple Efecto con Thiamidol®. Para eliminar las manchas post-acné.



TRATAMIENTO

Substituimos el Fluido Protector por DERMOPURE Fluido Matificante, reduce las imperfecciones y previene la formación de nuevas.



DERMOPURE
OIL CONTROL