



TIPOS DE PIEL

PIEL NORMAL

La piel normal se caracteriza por el *balance de grasa y sequedad*. Las espinillas y puntos negros no son frecuentes ni comunes. Este tipo de piel es *firme* y tiene *poros pequeños* o medianos. Es fácilmente reconocible por estar siempre bien *hidratada* y tener una *textura compacta*. Sin embargo, los cambios naturales que experimenta el organismo con el transcurso de los años pueden provocar transformaciones.



PIEL SECA

La piel seca es muy frecuente, en especial en las personas de edad avanzada. Las causas habituales son el clima frío y los baños frecuentes. El baño elimina los aceites superficiales y entonces la piel tiende a secarse. La piel seca puede irritarse y suele provocar picor (en ocasiones se desprenden pequeñas escamas y se forman escaras). Las escamas suelen afectar a la parte inferior de las piernas. veces la piel extremadamente seca (ictiosis) deriva de una enfermedad escamosa hereditaria, como la ictiosis simple o la hiperqueratosis epidermolítica. Una persona con ictiosis simple presenta escamas finas pero no ampollas. Los pacientes con hiperqueratosis epidermolítica tienen escamas gruesas similares a verrugas y ampollas dolorosas que desprenden un olor desagradable. La ictiosis también es consecuencia de trastornos no congénitos, como lepra, hipotiroidismo, linfoma, SIDA y sarcoidosis.



Este tipo de piel presenta un aspecto tirante, casi transparente, con cierta tendencia a resquebrajarse, es sensible a los cambios de temperatura y en el se aprecian los pequeños vasos capilares. Es una piel deshidratada, que presenta frecuentes arrugas, se pela y se descama con facilidad.

Mantener la piel en buen estado no sólo depende de factores hereditarios o de no sufrir alteraciones cutáneas como dermatitis, psoriasis o similares. Gran parte de su aspecto obedece directamente a los cuidados que le dispensamos.

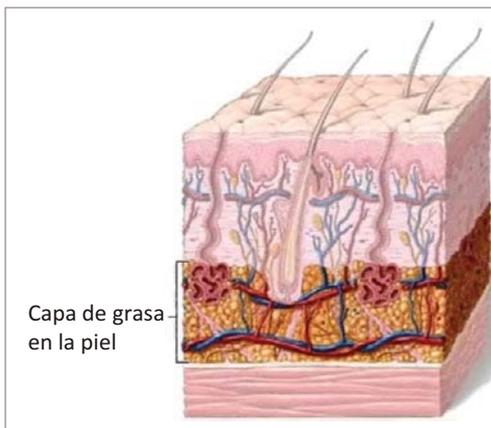
Conviene evitar la exposición al sol sin protección, el aire acondicionado, el tabaco, la contaminación ambiental o un estilo de vida inadecuados como la mala alimentación, sedentarismo, estrés emocional).



**Una dieta y un estilo de vida equilibrados son grandes aliados para que la piel luzca sana. Además del agua, las vitaminas no deben faltar.**

### PIEL GRASA

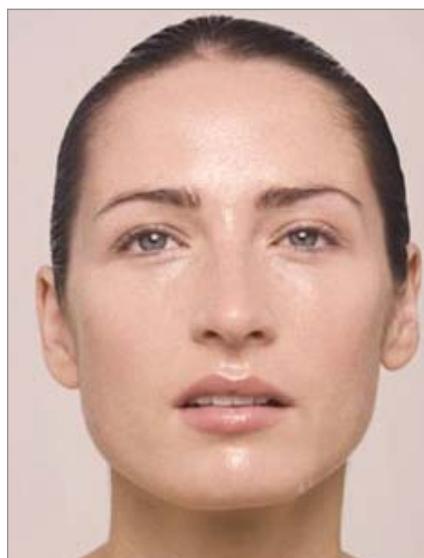
Se caracteriza por el brillo en la piel, la presencia constante de puntos negros y los poros alargados. También puede presentar áreas escamosas alrededor de la nariz. Se tiene este tipo de piel cuando las glándulas sebáceas producen grasa en exceso, lo que ocasiona la obstrucción de los poros. La ventaja de este tipo de piel es que envejece con mayor lentitud. Sin embargo, requiere de una higiene escrupulosa además de un tratamiento permanente de hidratación.



La capa de grasa de la piel está localizada en la capa subcutánea del tejido llamada hipodermis. El espesor de esta capa, que varía enormemente de una persona a otra, depende del tamaño y número de las células de grasa.

### PIEL MIXTA

El cutis mixto o combinado es uno de los más comunes, presenta algunas partes secas y otras grasas, es decir exceso de grasa en algunas zonas y falta de hidratación en otras, por lo tanto debe cuidarse como si se tuvieran dos caras, utilizando productos específicos para las diferentes zonas. El cutis mixto o combinado, al presentar tanto zonas grasas como secas, debe ser tratado con productos específicos para evitar tanto el aumento del sebo o la sequedad.



### PIEL SENSITIVA

La piel sensitiva es fácil de identificar y en la mayoría de los casos puede normalizarse o mejorarse con el cuidado adecuado. Esta piel es delicada, ligeramente seca y pronta a reacciones alérgicas. Los cambios en la temperatura y los cosméticos fuertes o abrasivos causan irritación, dejando la piel rojiza y a veces con visibles vasos sanguíneos. La piel sensitiva es una condición o estado de la piel, es una piel reactiva este tipo de piel con condiciones especiales, puede ser debido a nuestros genes o a un desbalance en nuestro sistema. No es una condición deseada, pues es una piel que requiere mucho esfuerzo y pronta a dañarse.