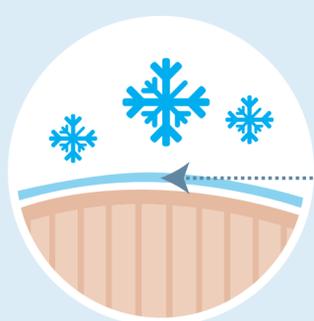


FRÍO Y PIEL SECA



El frío altera la barrera protectora natural de la piel, dando lugar a la aparición de sequedad cutánea

¿A QUIÉN AFECTA?

Todo el mundo puede sufrir de sequedad cutánea derivada de la exposición al frío.



Sin embargo, hay personas más susceptibles.

- Piel seca de forma innata
- Piel sensible
- Piel infantil
- Piel madura
- Piel con ciertas patologías asociadas a la sequedad cutánea:
 - Dermatitis atópica
 - Queratosis pilar
 - Eczema palpebral

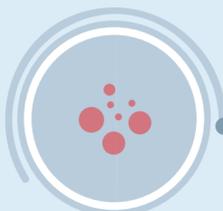
SÍNTOMAS DE PIEL SECA



Sensación de tirantez



Picor o ardor



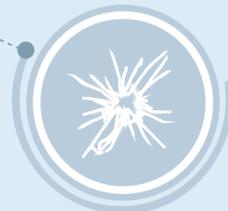
Enrojecimiento



Inflamación

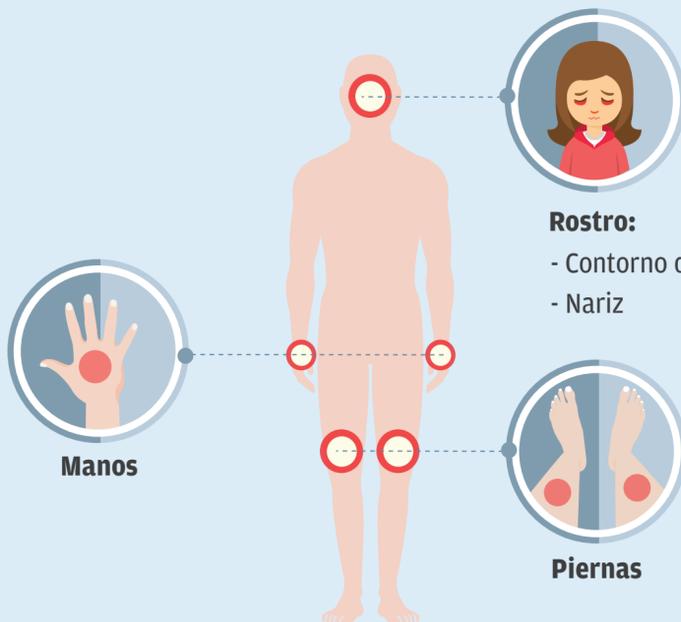


Textura áspera y rugosa



Grietas y fisuras

PARTES DEL CUERPO MÁS AFECTADAS



Rostro:

- Contorno de los ojos
- Nariz

Manos

Piernas

CÓMO PREVENIR LA SEQUEDAD CUTÁNEA POR FRÍO



Evitar los factores agravantes:

- Viento
- Exposición a fuentes de calor
- Baños y duchas calientes
- Jabones y detergentes fuertes
- Lavado frecuente de las manos
- Ciertos medicamentos y tratamientos médicos
- Carencias nutricionales



Proteger las partes del cuerpo más expuestas y vulnerables con guantes, gorros y gafas.



Aplicación diaria de cremas hidratantes emolientes que contengan:

- **Humectantes:**
 - Urea
 - Ácido hialurónico
 - Ácido láctico
 - Glicerina
- **Sustancias oclusivas:**
 - Vaselina
 - Silicona
 - Ceras
 - Lanolina
 - Aceites vegetales y minerales
- **Dermolípidos:**
 - Ácidos grasos esenciales
 - Ceramidas
 - Escualano
 - Colesterol
 - Triglicéridos
- **Queratolíticos suaves**