

Bella Piel®

EDICIÓN 12  
AGOSTO 2021

EN AGOSTO

**RENUEVA**

tu Piel® 

Todos los días

¡Descuentos  
especiales %!



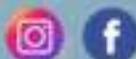
Recomendaciones para  
cuidar la piel de tus  
manos y cuello

Producto del mes  
**Mascarilla Reparadora  
Intensiva**

**Exposoma**

**Hiperpigmentación  
y embarazo**

**Tipos de piel  
que existen**



@bellapielcolombia  
[www.BellaPiel.com.co](http://www.BellaPiel.com.co)



@bellapielcolombia  
www.BellaPiel.com.co

## Exposoma: ¿Qué es, cómo afecta a tu piel y forma de combatirlo?

Por: **Dra. Gina Rios**  
Médica Dermatóloga



## Recomendaciones para cuidar la piel de tus manos y cuello

Por: **Dra. Claudia Bolaños Arturo**  
Especialista en Dermatología

## Hiperpigmentación y embarazo

Por: **Dra. Sara Correa Restrepo**  
Ginecóloga y Obstetra

## ¿Cuáles son los tipos de piel que existen?

Por: **Augusto Hernández**  
Beauty Coach Bella Piel

Índice



Desde pequeños nos inculcan el ser líderes, pero ¿qué significa esto realmente? Con el tiempo comprendemos que no solo es cuestión de demostrarlo en nuestros empleos, también es cuestión de liderar nuestra propia vida, de ponernos metas y luchar por ellas a nivel profesional, personal y familiar.

Que no solo es cuestión de actitud sino también de valentía y perseverancia, de enfocar la energía en lo que queremos que suceda y priorizar lo que realmente es importante, cuando somos líderes de nuestra propia vida definimos prioridades, somos conscientes de nuestras habilidades y las sabemos potenciar.

**¡Todos somos líderes en potencia, cree en ti!**

*William Rueda*  
Gerente

Bella Piel®



**PRODUCTO DEL MES**

Antes: \$101.200

**AHORA:  
\$80.960**

sesderma  
**SESKAVEL**  
REPAIR

**Keratin mask**  
Mascarilla keratina

 DAMAGED AND BRITTLE HAIR  
CABELLOS DAÑADOS Y  
QUEBRADIZOS

Keratin Aminoacids /  
Keratina Aminoácidos

200ml e  
6.8 fl. oz



sesderma®  
listening to your skin

# Mascarilla Reparadora Intensiva

Evita el frizz,  
aportando  
hidratación.

Libre de sulfatos.

Reconstruye y nutre  
el cabello.

El resultado es un **cabello  
sano, brillante y con  
movimiento.**

**COMPRAR**



Lanzamiento

VICHY  
LABORATOIRES

UN **MINÉRAL 89**  
PARA CADA NECESIDAD

> QUIERO SABER MÁS



TODAS  
LAS PIELES

PIELES  
ESTRESADAS

CONTORNO  
DE OJOS

# Exposoma: ¿Qué es, cómo afecta a tu piel y cómo mantenerlo en equilibrio?



Artículo por:

**Dra. Gina Ríos**  
**Médica Dermatóloga**

  @sanar.renacer.dermatologia.  
 grdermatologia@gmail.com



Cada vez es más frecuente encontrar el término **“Exposoma”** en distintas publicaciones y sitios relacionados con la salud, pero: ¿cuál es su definición y qué **efectos tiene para la piel?** En este espacio te lo contaremos y abordaremos las inquietudes más frecuentes...¡Toma nota!

El exposoma hace referencia a la totalidad de factores ambientales a los que está expuesto el ser humano a lo largo de su vida y cómo influyen en su salud en general, en particular hablando de la piel. Se ha visto que estos factores ambientales tienen influencia en la aparición de muchas de las enfermedades que perciben los dermatólogos en la práctica diaria.

# ¿Cuáles son los factores que hacen parte del exposoma?

Actualmente, el 25% de las enfermedades crónicas se puede relacionar con la genética. Sin embargo, el 75% restante estaría determinado por todos aquellos factores externos que tienen repercusión en la salud, es decir, por nuestro exposoma:

- El entorno en el que vivimos (urbano/rural)
- La contaminación ambiental
- La radiación solar
- El clima y la temperatura
- El estrés
- Hábitos alimenticios y estilo de vida
- Tabaquismo
- Falta de sueño
- Si realizamos ejercicio o si existe el sedentarismo
- Metabolismo, microbioma, estrés oxidativo e inflamación



En relación con la **radiación solar**, diferentes estudios han demostrado que la luz visible y la radiación ultravioleta tienen un impacto directo sobre la piel. Algunas investigaciones muestran que las personas que no utilizan **fotoprotección solar** diaria envejecen un 24% más rápido que aquellas que sí lo utilizan.

También existe una relación entre la contaminación ambiental y el **envejecimiento de la piel**. A más exposición a partículas pequeñas, niveles de dióxido de nitrógeno y niveles altos de ozono, se hará visible un mayor número de **manchas en la piel** y la formación de arrugas se acelerará.

El tabaquismo también tiene un rol importante en la formación de arrugas, al igual que en el **brillo de la piel** y su tonalidad. El tabaco deteriora la formación de **fibroblastos** y da lugar a su envejecimiento. Algunos estudios señalan que el tabaco induce el daño por estrés oxidativo e inhibe la defensa antioxidante del cuerpo, lo que puede estar involucrado en el proceso de envejecimiento.

La mayor evidencia científica se encuentra en cómo **la alimentación afecta a la piel**. Una dieta rica en antioxidantes puede retrasar los efectos de la vejez al igual que evitar una ingesta excesiva de alcohol. Se sabe que una ingesta rica de verduras, aceite de oliva y legumbres parece proteger la piel contra un daño prematuro, en cambio, una dieta rica en carne, productos lácteos y mantequilla, parece ser perjudicial. También se ha visto que consumir mucho azúcar está asociado con presentar más arrugas.



El estrés y la falta de sueño son dos factores que están en estudio. Se sabe que el estrés crónico puede dar lugar a una disfunción del sistema inmune, estrés oxidativo y daño del ADN, factores vinculados con el envejecimiento de la piel. En cuanto al sueño, algunos estudios muestran que dormir menos de cinco horas por noche se vincula con más **signos de envejecimiento y una reducción de la función barrera de la piel.**

## ¿Cómo podemos mantener en equilibrio el exposoma?

Como lo vimos anteriormente, existen varios factores que pueden alterar y afectar la **salud de la piel**, sin embargo, se podría decir que estas recomendaciones te ayudarán a enfrentar los efectos negativos que se hacen notorios en su apariencia:

- Ingerir frutas y verduras puede representar la estrategia más sana y segura para mantener una dieta equilibrada y una apariencia joven.
- Limitar el consumo de alcohol.
- Dormir las horas necesarias ayudará a conservar el **estado joven de la piel.**
- No te expongas de forma constante a las radiaciones del sol y usa **bloqueador solar** a diario.
- Limpia e hidrata tu piel con **productos especializados.**



 SKINCEUTICALS

# RESULTADOS COMPROBADOS

CON NUESTROS SERUMS  
CUIDADO **AVANZADO** DE LA PIEL  
CON **ÁCIDO HIALURÓNICO**  
CONSIGUE LA CORRECCIÓN ÓPTIMA PARA TU PIEL.

COMPRAR AQUÍ



# Recomendaciones para cuidar la piel de tus *manos y cuello*



Artículo por:  
**Dra. Claudia Bolaños Arturo**  
**Especialista en Dermatología**  
[www.tu dermatologa.com](http://www.tu dermatologa.com)

A diario realizamos una **rutina para cuidar la piel de nuestra cara, cuerpo y zona capilar**. Sin embargo, no ponemos la misma atención y concentración en la parte del **cuello y manos**, teniendo en cuenta que están expuestos a factores agresivos que con el paso del tiempo dañan la apariencia suave y tersa que solían tener.

El cuello y las manos son el primer reflejo del cuidado que hemos o no tenido con los años y el sol, es por eso es que debes darle la importancia que merecen para continuar luciéndo los con la misma importancia que otras **zonas de tu cuerpo**.



## ¿Qué factores debes considerar para cuidar la piel de tus manos y cuello?

Un factor importante a tener en cuenta en su cuidado es que la **piel del cuello y manos** es más delgada y contiene menos grasa, lo cual se ve reflejado en un mayor deterioro y aumento en la laxitud por culpa de la gravedad y el deterioro que van dejando los años.

Teniendo en cuenta todos estos factores, la idea es también prevenir lesiones como manchas, cicatrices y otras afecciones causadas por inflamaciones crónicas, que son mayores en nuestras manos por todas las actividades que realizamos a diario y que si no tratamos a tiempo pueden volverse patologías crónicas.

### **Tips y recomendaciones para conservar el estado de tus manos y cuello**

La piel de tus manos y cuello requiere un cuidado y tratamiento especializado, por eso en este espacio enumeramos algunas recomendaciones que debes planificar dentro de la **rutina para cuidar tu piel:**

## 1. Utiliza protector solar todos los días

Estos deben tener un amplio espectro de protección ultravioleta (UVA-UVB-UVC- infrarrojo), por eso no todos los que se llaman **protectores solares** en el mercado cumplen sus funciones en la piel como esperamos a nivel dermatológico.

Para escoger el protector adecuado, la mejor manera es consultar a tu dermatólogo@ quien te dará las recomendaciones y/o sugerencias de acuerdo al **tipo de piel** que tengas y otros aspectos a evaluar en su composición. Recuerda que la idea también es evitar y disminuir el riesgo del **cáncer de piel**.

**Uso recomendado:** aplicar cada 4 horas (así no salgas de la casa) en cara, cuello, orejas y manos.



## 2. Hidrata la piel durante el día

Sin duda, es uno de los más importantes factores a tener en cuenta para así **evitar que nuestra piel se reseque**, disminuyendo otras agresiones por factores externos de contacto como son los jabones y detergentes en las manos y la irritación por accesorios que en contacto con **pieles susceptibles** podrían producir algún tipo de alergia, lo mismo sucede con perfumes y materiales de ropa.



**Recomendación:** Se deben evitar los hidratantes perfumados o que tengan color.

**Modo de uso:** aplicar varias veces al día en las manos y por lo menos dos veces al día en zonas corporales como el cuello.

### **3. No usar tratamientos ni remedios automedicados o caseros para retirar las manchas de las manos**



Esto se debe a que pueden producir mayor pigmentación al ser una zona expuesta a la radiación ultravioleta y estar en contacto permanente con irritantes. Consulta primero a tu dermatólogo@ quien te dará las recomendaciones en cuanto a **despigmentación y/o mantenimiento de la piel de manos.**

### **4. Recuerda siempre proteger tus manos**

El uso de guantes de tela (algodón) y encima guantes de plástico (evitar que sean color negro) es una obligación cada que se realice una actividad que pueda agredir o poner en riesgo la **piel de las manos.** Asesórate de expertos y utiliza los mecanismos de protección adecuados para garantizar la suavidad y perfección de esta parte del cuerpo.



# Resequedad *en tus manos?*

Trátala con **Bariéderm Crema de Manos**



Bariéderm es una **crema barrera**, que **alivia, suaviza y nutre** las manos muy secas, expuestas a agresiones cotidianas y a productos químicos.

**COMPRAR**



2011 G 11101

Hand cream for dry hands  
with Uriage Thermal Water  
resistant to water and  
fragrance-free

Uriage Bariéderm, 50ml / 1.7 fl.oz.

**SKEYNDOR**  
SCIENCE creates BEAUTY®

*Elixir*

## Redefinición Rostro y Cuello

Elixir Redefinición actúa en **Óvalo, Cuello y Pómulos**. Con tecnología avanzada para un **efecto lifting** global y **tensor intenso**.



**COMPRAR**



# Hiperpigmentación

## y embarazo



Artículo por:  
**Dra. Sara Correa Restrepo**  
**Ginecóloga y Obstetra**  
@doctora.v\_  
300 511 4832  
Torre Médica El Tesoro  
**consultorio 1465**

Casi todas las mujeres en embarazo desarrollan algún grado de hiperpigmentación durante este periodo, esto se genera porque se aumenta la actividad placentaria y las hormonas como los estrógenos y la progesterona y estos son melanocíticos, quiere decir que incrementan la pigmentación en algunas zonas del cuerpo como los pezones, axilas, cara, línea alba (línea longitudinal en el abdomen) y genitales.

Tiende a desaparecer en el postparto, puede durar hasta un año esta hiperpigmentación.



El melasma o cloasma son manchas irregulares o hiperpigmentación en la cara, se localizan principalmente en la frente, mejillas, labio superior y mentón, es una condición benigna y es común en el embarazo.

Tiene un estigma cosmético, es psicológicamente estresante, por ende, muchas mujeres tienden a automedicarse y realizarse procedimientos cosméticos/ dermatológicos, pero durante el embarazo solo se recomienda **limpieza facial, hidratante y protector solar.**

El tratamiento debe ser postparto, siempre guiado por un dermatólogo, solo usar medicamentos tópicos durante la lactancia para no afectar al bebé.

Dependiendo del pigmento que se acumule en la piel, el resultado del tratamiento despigmentante será más o menos eficaz.



**Lanzamiento**

# FOTOPROTECCIÓN

## ANTIEDAD

UVA, UVB, Luz Visible e Infrarojo ●

Reduce la aparición de líneas de expresión ✂

Mejora la síntesis de colágeno y elastina en la piel 🛡



**AFELIUS**<sup>®</sup>  
EXPERT



**¿Cuáles** son los  
**tipos de piel** que existen?

*¡Descubre el tuyo!*



Escrito por:  
**Augusto Hernández**  
Beauty Coach Bella Piel

Hoy en día tener una rutina de piel se ha convertido en algo esencial, la piel está expuesta a una cantidad importante de factores que pueden ocasionar daños, por esta razón es de alta relevancia conocer qué tipo de piel tienes para definir y tener una rutina basada en sus características principales.

Los pasos que debes seguir para proteger y cuidar tu piel a través de una rutina eficaz son los siguientes:



Te recomendamos que sigas este paso a paso y seas disciplinado con tu rutina de piel... ¡Tu piel te lo agradecerá en un futuro!

# ¿Cuáles son las texturas de la piel según su clasificación?

La piel se caracteriza por su textura y esta se define de acuerdo con su tipología. Es importante que descubras cuál es tu tipo de piel para que puedas establecer la rutina ideal y el cuidado que debes tener para garantizar su suavidad, hidratación y perfección.

De acuerdo con lo anterior, podemos decir que la textura de la piel se define teniendo como base su origen. Analiza cada tipo y valida para saber cómo tratarla:

## Piel grasa

Requiere texturas ligeras como geles o fluidos, que sean Oil Free o libres de aceite y además que se caractericen por ser matificantes (quitan el brillo) y seborreguladores (disminuyen los niveles de grasa en la piel).

## Piel normal a grasa o mixta

La piel normal a grasa o mixta requiere texturas ligeras, libres de aceite u oil free, que normalicen y regulen la producción de grasa y de agua en el rostro o cuerpo.

# Piel normal a seca

Este tipo de piel se caracteriza por tener carencia de agua, requiere productos más emolientes en texturas, es decir, se favorece más con leches o cremas humectantes que le aporten tanto niveles de agua como de lípidos para obtener una hidratación profunda.

# Piel seca

La piel seca se identifica por su alta deficiencia de agua y de grasas, necesariamente debe usar productos en crema, ricos en lípidos y activos que retengan los niveles de agua en la piel y eviten la resequedad.

En conclusión, cada tipo de piel requiere un cuidado especial y especializado, te sugerimos que sigas las recomendaciones de un experto o profesional en dermatología para llevar a cabo el tratamiento indicado y evitar los signos del envejecimiento.

COMPRAR RUTINA



# En Agosto

Diseñamos una rutina especial  
para que consientas tu piel.

## ¡Descúbrela!



**Da clic** en cada producto para más información 

Lanzamiento

## FOTOPROTECCIÓN DISEÑADA ESPECIALMENTE

### PARA LA PIEL DE LOS HOMBRES

- UVB, UVA, Luz Visible.
- ⊕ Acción calmante, disminuye el exceso de grasa.
- ✦ Mejora signos del envejecimiento y promueve la hidratación.



**AFELIUS**  
MEN

EN AGOSTO

**RENUEVA**

tu Piel® 

Todos los días

**¡Descuentos  
especiales %!**



Y además los sábados

**Recibe**

Hasta

**50%\***  
**Dto**  
en la segunda  
unidad

\*Aplican marcas participantes

**¡Visita nuestras tiendas y no dejes  
pasar este Descuento!**

# ¡Descuentos especiales %!



DEL 1 AL 15 DE AGOSTO

**15%  
DTO**

**Hidrisage®**  
Revive tu piel

**Hidrisage®**  
Revive tu piel

**CARNOT®**  
LABORATORIOS

**noreva**  
LABORATOIRES

**15%  
DTO**

**ÉPIDERMIOLE**

\*Aplica únicamente en la línea  
Alsace y Exvé

**15%  
DTO**

**Cetaphil**

\*Aplica únicamente en las referencias  
4161, 4160, 3249, 1891, 1888, 1878,  
1873

**15%  
DTO**

**ISISPHARMA**  
DERMATOLOGIE

\*Aplica únicamente en la línea  
Secalia

**15%  
DTO**

**ISDIN**  
LOVE YOUR SKIN

\*Aplica únicamente en las referencias  
5450, 4983, 5264, 4407, 4982, 5382

**15%  
DTO**

**HUDEN®**  
LABORATORIOS

\*Aplica únicamente en la línea  
hidratación OVERHUDEN

**15%  
DTO**

**EAU THERMALE  
Avène**

\*Aplica únicamente en las referencias  
Physiolift, Dermabsolu e Hydrance

**20%  
DTO**

**Fagron**

\*Aplica únicamente en la línea  
Neogen (Excepto en Neogen Cejas  
y Pestañas)

COMPRAR



\*Promoción válida del 01 al 15 de Agosto de 2021. \*Aplica en marcas participantes. \*No acumulable con otras promociones o descuentos. \*No aplica para medicamentos ni kits. \*Válido en nuestras tiendas físicas, página web y todos nuestros canales.

LA ROCHE-POSAY  
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Nº 1 MARCA DERMOCOSMÉTICA MAS RECOMENDADA POR DERMATÓLOGOS EN EL MUNDO\*

# UNA MEJOR VIDA PARA TODAS LAS PIELES ES POSIBLE.

#SKINISMORETHANSKIN



TOMA LA INICIATIVA

CONSULTA A TU DERMATÓLOGO@

COMPRAR AQUÍ





¡Nuestros **63** puntos de venta te esperan para brindarte la mejor asesoría!

*Estamos felices de volverte a ver*



Conoce todas nuestras tiendas aquí



Encuétranos en los principales Centros Comerciales de:

**Bogotá - Medellín - Cali - Barranquilla - Cartagena**  
Valledupar - Villavicencio - Neiva - Ibagué - Girardot - Tunja

Visita nuestra tienda online



[www.BellaPiel.com.co](http://www.BellaPiel.com.co)

