

Consejos útiles para prevenir la aparición de estrías

El cuidado de la piel del cuerpo de una mujer requiere de cuidados cotidianos desde muy temprana edad. A lo largo de su vida, algunas mujeres pasan por continuos y marcados cambios de peso que pueden producir estrías. Las estrías poseen una particularidad fundamental que toda mujer debe conocer, se pueden prevenir, pero una vez instaladas, no desaparecen.

“La formación de estrías atraviesa diferentes etapas, inicialmente aparecen como lesiones lineares de tono rosa-púrpura, ligeramente sobreelevadas e inflamadas. Con el paso del tiempo se tornan de color nacarado o blanco y se profundizan levemente adquiriendo el aspecto de arrugas. El origen y desarrollo de las estrías se relaciona con cambios en las estructuras que brindan a la piel su capacidad de tensión y elasticidad. Para evitarlos es necesario mantener y potenciar la flexibilidad de la piel con cremas o emulsiones ricas con Vitamina A, Vitamina E y Alantoína”. Comentó la Dra. Mónica Maiolino, asesora de Dermaglós.

Existen medidas diarias y cotidianas que las mujeres pueden adoptar que ayudarán a prevenir las estrías y a la salud de la piel en general.

- Sostener una buena hidratación, se aconseja dos litros de agua diarios como mínimos.
- Mantener una dieta balanceada y adecuada, incorporando alimentos con vitaminas C, B, E y minerales como el zinc y cobre (cereales de grano entero, cacao ó chocolate, hígado, riñones, legumbres, nueces, etc) y silicio que estimulan la producción de colágeno (garbanzos, calabaza, levadura, pan integral, etc).
- Mantener un peso estable y acorde a la edad y sexo (las estrías no indican sobrepeso).
- Hidratar la piel con cremas o emulsiones que contengan, vitaminas A, E y Alantoína, para aumentar la flexibilidad cutánea, y aportar propiedades regenerativas principalmente. Aplicarlas luego del baño, cuando los poros están abiertos y absorben mejor los nutrientes de la crema, con movimientos circulares ascendentes en las zonas más propensas a su aparición: abdomen, mamas, muslos, caderas y zona lumbar.
- Realizar ejercicio físico moderado y de baja carga, sin peso excesivo ni alto impacto (se recomiendan natación, yoga, bicicleta o caminata).
- Mantener una exposición adecuada y controlada al sol para evitar la sequedad y el envejecimiento cutáneo.
- Usar corpiños adecuados y con correcto sostén.
- Exfoliar la piel diariamente en el baño, con esponja vegetal en forma de masaje circular para renovar las células epidérmicas.
- Realizar una consulta temprana con un especialista aportará información adecuada para cada paciente y así se minimizarán los efectos indeseables.



Andrómaco

dermaglós®

- No consumir anabólicos ni suplementos similares para aumentar la masa muscular.

Los productos Dermaglós son elaborados siguiendo los máximos estándares nacionales e internacionales de calidad, testeados bajo normas FDA. Además, están dermatológicamente testeados ofreciendo productos hipoalergénicos aptos para todo tipo de piel. Para más información se puede llamar al 0800-333-0033 o ingresar a www.dermaglos.com.

Acerca de Laboratorios Andrómaco:

Laboratorios Andrómaco es una empresa farmacéutica argentina de propiedad familiar, líder en dermatología. Desde 1926 respalda al cuerpo médico con productos confiables y un servicio diferencial. A lo largo de su trayectoria la compañía ha generado vínculos que, fundados en el respeto por las personas, le permiten mantener relaciones duraderas con sus clientes, colaboradores y proveedores, en equilibrio con el desarrollo sostenible de la organización y su entorno. Andrómaco comercializa sus productos en Uruguay, Paraguay y Brasil, a través de empresas independientes y distribuidores.

Laboratorios Andrómaco busca mejorar la calidad de vida de la población, principalmente mujeres y niños, asistiendo con productos eficaces y seguros a los profesionales de la salud y al público en general.

Contacto de Prensa
Carolina Consiglieri
4703-5544
cconsiglieri@diluccacomunicacion.com
www.diluccacomunicacion.com