

## 10 consejos para tratar la piel intolerante



- 1 No te excedas con la higiene.**  
La piel intolerante puede sufrir en exceso si la limpiamos demasiado o con productos muy irritantes. Por supuesto, evita los productos abrasivos.
- 2 Limpieza específica.**  
Utiliza limpiadores específicos para pieles intolerantes, basados en ingredientes suaves ya que tu piel es muy sensible.
- 3 Sin perfume.**  
A la hora de comprar productos cosméticos, mira bien que no contengan perfume y que sean hipoalergénicos.
- 4 Con garantía dermatológica.**  
Y también opta siempre por hacerte con cosméticos testados por dermatólogos en pieles sensibles y reactivas.
- 5 Busca la calma para tu piel.**  
También es importante que los tratamientos que apliques sobre tu piel cuenten en su composición con ingredientes emolientes y calmantes, como el aloe vera que alivian la sensación de picor o tirantez.
- 6 Cuidado al desmaquillarte.**  
Para retirar el maquillaje del rostro al final del día, opta por un bálsamo limpiador desmaquillante, específico para tu tipo de piel.
- 7 Protégete del sol todo el año.**  
Usa diariamente, tanto en verano como en invierno, productos cosméticos con filtros solares con un factor mínimo de 30, con el fin de no estropear aún más la barrera cutánea.
- 8 Evita los peelings.**  
No te realices tratamientos de peelings porque pueden irritar aún más las pieles intolerantes, y tampoco uses cosméticos de efecto peeling leve (AHA, queratolíticos, ácido salicílico, vitamina C).
- 9 Consulta a tu médico.**  
Si ves que la incomodidad de tu piel persiste, se hace insoportable o te aparecen manchas rojas en la piel consulta con tu médico.
- 10 Los productos, mejor en la farmacia.**  
Acude a tu farmacia habitual para que el profesional farmacéutico te recomiende productos específicos para este tipo de piel y que contengan todas las características y requisitos anteriores.