

“Siempre tenemos que escuchar a nuestra piel antes de empezar a usar un producto”

LAS TRES INTEGRANTES DE @IINSIDE_COSMETICS RECOMIENDAN NO DEJARSE LLEVAR POR MODAS, O POR RECOMENDACIONES DE 'INFLUENCER'. Y, SI NO SABEMOS INTERPRETAR LO QUE LA PIEL NOS ESTÁ DICIENDO, ACONSEJAN ACUDIR A UN PROFESIONAL QUE VA A RECOMENDAR UN PRODUCTO ACORDE A LAS NECESIDADES DE CADA UNO.



Cristina García



Micaela Brotons

Una ingeniera química, una farmacéutica y una química. **Almudena Jiménez**, que trabaja en departamentos de calidad y desarrollo de productos en empresas de gran distribución. **Micaela Brotons**, que trabaja en el departamento de I+D y regulATORY en cosmética natural. Y **Cristina García**, que trabaja en el departamento de I+D de una fábrica de cosméticos. Juntas, como expertas en el sector, analizan los cosméticos de moda en su cuenta de Instagram @inside_cosmetics.

Las tres se conocieron estudiando el Máster de Cosmética y Dermofarmacia. Las tres son consumidoras de redes sociales, sobre todo Instagram y YouTube. En 2016, año en el que decidieron abrir @inside_cosmetics, no había mucha *review* de cosmética hecha desde un punto de vista profesional, así que quisieron empezar esta aventura juntas.

¿En qué se basan y cómo a la hora de preparar los contenidos? Aclaran que tienen dos formas de trabajar: *“O bien hacemos ‘review’ de algún producto que nos ha gustado mucho, contando sus características, descifrando un poco su composición, explicando bien para qué sirve cada ingrediente y dando nuestra opinión. La segunda forma es con las infografías, donde explicamos mejor un ingrediente que se esté usando más, contando su estructura química, su modo de acción a nivel químico”*.

También realizan algún contenido más a nivel regulación, contando qué está prohibido o cómo se hace un etiquetado, ya que Micaela Brotons está más especializada en esta rama de la cosmética.

La dermocosmética está de moda. Señalan que *“siempre tenemos que escuchar a nuestra piel antes de empezar a usar un producto, para saber si lo necesitamos”*. Recomiendan

no dejarse llevar por modas, o por recomendaciones de *influencer*. Y, *“si no sabemos interpretar lo que la piel nos está diciendo”*, acudir a un profesional, bien un dermatólogo o bien un farmacéutico o un esteticista que nos asesore bien.

¿Cuáles son los principales errores y quitar aciertos que la gente comete a la hora de cuidar su piel? Contestan que, *“sobre todo, no entender bien qué es lo que se necesita”*. *“A veces nos dejamos llevar por la recomendación de turno de alguna persona de redes sociales sin saber si eso realmente nos va a funcionar. Tenemos siempre que probar los productos antes de lanzarnos a la piscina de comprarlo”*, inisten.

Una buena limpieza

Abordamos con ellas qué rutina de cuidado de la piel recomiendan en estos momentos, en los que tenemos que llevar mascarillas. Destacan que especialmente una buena limpieza. Proponen *“desechar la mascarilla frecuentemente”*. Además, *“la cosmética enfocada a reforzar la barrera cutánea y la microbiota pueden ayudar muchísimo, ya que nos ayudará a protegerla de agentes externos dañinos”*.

“A veces nos dejamos llevar por la recomendación de alguna persona de redes sociales sin saber si eso nos va a funcionar”

Para ellas, *“el producto imprescindible en cualquier rutina y en cualquier época del año es el protector solar”*. Argumentan que la radiación ultravioleta es el enemigo y el que provoca mayor envejecimiento, ya que acelera el proceso de oxidación. Es por eso que *“el mejor anti-edad es un buen protector solar”*. Y siempre, *“independientemente de la época del año y de si está nublado o hace sol”*. No hay que olvidar que *“la piel es el órgano vivo más grande que tenemos expuesto y es el que nos tenemos que cuidar a diario”* y que ésta tiene memoria. Con el protector solar, se evitará tener manchas, arrugas y siempre se lucirá una piel mucho más tersa y bonita.

Su ingrediente favorito es sin duda el bakuchiol. *“Es de origen natural y estudios han demostrado que tiene efecto muy similar al retinol, sin la irritación que puede provocar”*, explican. Al tener contacto directo con proveedores de los ingredientes, analizan bien los estudios de eficacia de los activos, ven cómo actúan y se centran mucho en su efectividad.

Respecto a las tendencias actuales en cuidado de la piel, remarcan que ahora mismo

“La cosmética enfocada a reforzar la barrera cutánea y la microbiota pueden ayudar muchísimo”

se ha puesto el foco en la microbiota y función barrera. Por este motivo, *“veremos mucho en nuestros cosméticos probióticos, prebióticos y ceramidas”*. Añaden que *“lo que viene pisando fuerte es la cosmética sostenible, cosmética sólida, sin agua en su composición o de economía circular”*.

¿Qué es lo que piden a las farmacias a la hora de proporcionar asesoramiento en dermo? Piensan que *“un farmacéutico, sobre todo, tiene que estar bien formado, y en continua formación y actualización”*. Es decir, que tenga también una amplia oferta de marcas y productos, que no se base en dos o tres marcas porque quizá no encuentre lo que el paciente necesita.

Por último, no creen que sea más difícil asesorar de cuidado de la piel en tiempos de Covid-19. Puntualizan que se ha expandido más, si cabe, el asesoramiento online, *“aunque siempre es mejor un asesoramiento presencial”*. Al final, lo que tenemos que hacer es cuidarnos la piel *“porque nos protege de todos los agentes externos que nos puedan perjudicar”*. Piden a la gente que se deje aconsejar por los profesionales. +

“Lo que viene pisando fuerte es la cosmética sostenible, cosmética sólida, sin agua en su composición o de economía circular”