

## Cremas de noche. El sueño más reparador.



En el ámbito de la cosmética la noche no es igual al día. Cremas de día y cremas de noche no se han inventado para acumular productos en las vitrinas ni para que las firmas obtengan el doble de beneficio. De noche nuestro metabolismo no funciona igual y requiere, por tanto, un tratamiento diferente: no porque los productos cosméticos hechos para el día dañen la piel, sino porque existen formulaciones que son mejor aprovechadas cuando el cuerpo descansa.

La mayoría de las mujeres usa la misma crema de día para la noche, desperdiciando gran parte de las horas de sueño para hidratar o reparar el rostro. Durante el descanso la circulación sanguínea mejora, así como el ritmo respiratorio, ayudando a la nutrición interna de la piel. Y externamente los productos cosméticos potencian su poder nutriente, regenerativo,

desfatigante, tensor, antioxidante, etc.

Los tratamientos de noche permiten a la piel revitalizarse y reconstruirse tras las agresiones sufridas durante el día (estrés, contaminación, radicales libres, rayos UV...). Por la mañana la piel, bien descansada, está lista para recibir el tratamiento de día, cuya acción se verá reforzada.

Es muy importante limpiar el rostro antes de aplicar la crema con que se dormirá. La mayoría de mujeres acostumbra a limpiar su rostro por la mañana y olvida que acostarse con una piel limpia la mantiene sana y joven por más tiempo.

Además, cualquier producto que se aplique sobre una piel sucia pierde casi el 50% de su efectividad. Los poros están tapados con suciedad y maquillaje, y no dejan penetrar los principios activos de cualquier producto hidratante, nutritivo o antiarrugas.

Actualmente la industria cosmética en constante crecimiento, nos brinda cremas de noche más ligeras y totalmente polisensoriales, es decir, que mediante el color, la textura y el perfume de éstas, consiguen crear la sensación de serenidad, y relajación necesaria para el sueño.