



Arrugas en la piel

Son líneas o pliegues que se forman en nuestra piel; algunas pueden transformarse en surcos profundos.

Por lo general son más visibles en el contorno de ojos, la boca y el cuello.



¿POR QUÉ *aparecen*?



- Edad
- Genética
- Hábitos de vida
- Exposición a la luz ultravioleta (UV)
- Gestos o expresiones faciales



¿CÓMO *prevenir*las?



Proteger la piel del sol:

- Limitar el tiempo de exposición
- Utilizar gorros, sombreros de ala ancha, lentes de sol y remeras de mangas largas
- Usar protector solar



Elegir productos que prevengan el envejecimiento

Utilizar cremas humectantes



No fumar

Mantener una dieta saludable

