



¿Es necesario hidratar la vagina con una crema o sérum?

La cosmética para cuidar la zona íntima de la mujer vive un auténtico boom, pero ¿sirve para algo?

Retinoides, antioxidantes y alfa-hidroxiácidos: los únicos activos con evidencia científica contra el envejecimiento de la piel



Aunque la **cosmética vaginal** no es nueva, en los últimos meses han salido al mercado un gran número de productos en forma de cremas, geles, sérums e incluso nutricosmética para mimar la zona íntima de la mujer. En general, estos productos prometen tratar la **sequedad vaginal**, los picores y las irritaciones, proporcionando confort. Pero, ¿realmente **es necesario hidratar la vagina** a diario igual que se hidrata la piel del rostro o del cuerpo? Esto es lo que opinan los expertos.

La doctora **Marta Sánchez-Dehesa**, jefe del equipo de ginecología y obstetricia del HM IMI Toledo, explica que «aunque no necesariamente todas las mujeres necesitan una crema o sérum para cuidar sus genitales, sí es importante **mantener una buena higiene íntima y utilizar productos específicos** para esta zona. En algunos momentos de la vida de la mujer, como puede ser en la menopausia, puede ser beneficioso su uso para tratar problemas específicos de esa etapa como **sequedad vaginal, picazón o irritación**».

NOTICIA RELACIONADA

**Láser ginecológico:
rejuvenecimiento vaginal y mucho
más**

ARACELI NICOLÁS





50% de
descuento
para siempre
Suscríbete



¿Es necesario hidratar la vagina con una crema o sérum?

De izquierda a derecha: crema íntima de Maison Kante, una mezcla de aceites puros de mango, castaño de Indias y comino negro, con vainilla de Madagascar, que suaviza, nutre e hidrata las zonas íntimas (40,84 euros); Intyma Oil de Sublime Oils con aceites vegetales y acmella oleracea (56 euros); Aceite íntimo de Pansy a base de aceite de jojoba, pepita de uva, aguacate, rosa mosqueta, albaricoque, granada y bergamota, entre otros (28,50 euros). // DR

A la hora de incorporarlas en la rutina, la doctora Sánchez-Dehesa aconseja consultar con un ginecólogo. «Es importante **no utilizar sustancias en los genitales sin la supervisión médica previa**, ya que cada mujer puede tener unas necesidades diferentes, y así evitaremos cualquier posible complicación por la mala utilización de los productos».



Bwoman de Luxmetique cuenta en su fórmula con SoyLife®, patente que aporta isoflavonas de soja, extractos de plantas y vitaminas para mejorar el bienestar de la mujer en la menopausia aliviando la sequedad vaginal y los sofocos (41,95 euros); Gel de higiene íntima Chilly Calmante con bisabolol y ácido láctico (4,75 euros). // DR

Jackie Calleja recomienda usar estos productos **«por la noche,**