

Guía para tratar las manchas

**Guía integral: tratamiento y
prevención de las manchas en la piel**



Farmacia Blanch



www.ebrefarma.com
[@farmacia_blanch](https://www.instagram.com/farmacia_blanch)

El método global de **Farmacia Blanch** (ebrefarma.com) para devolver la uniformidad y luminosidad a tu rostro.



GUÍA PARA TRATAR LAS MANCHAS

TU GUÍA INTEGRAL: TRATAMIENTO Y PREVENCIÓN
DE LAS MANCHAS EN LA PIEL

EBREFARMA.COM
BY FCIA. BLANCH

Las manchas en la piel son como ese invitado que nadie invitó a la fiesta: aparecen sin avisar, se instalan en pleno centro de la cara y sacarlas de casa cuesta un triunfo 😊

Ya sea por culpa de un exceso de celo del sol, de un desajuste hormonal o del "recuerdo" que te dejó aquel granito que no debiste tocar, el culpable detrás del drama siempre es el mismo: **un atracón descontrolado de melanina.**

La buena noticia es que **las manchas tienen solución.** La mala (para las prisas) es que los milagros en bote de 24 horas no existen. La verdadera magia aquí se llama **constancia y estrategia multinivel.**

Olvida los remedios caseros raros de internet. En esta guía te contamos el paso a paso real, con base científica y directa desde la farmacia, para que recuperes el control (y el tono) de tu piel sin volverte loco en el intento: cómo identificar tu tipo de mancha, la rutina de mañana y noche, los activos que de verdad funcionan y un plan según la época del año 🚀

🌟 Tip Blanch:

¿Prefieres que te lo resolvamos nosotros?

Reserva un diagnóstico de piel gratuito de 10 minutos en farmacia u online y te preparamos una rutina a tu medida:

<https://www.ebrefarma.com/content/11-asesoramiento-personalizado-reserva-tu-cita-online>

CONTENIDO

PARTE

01

¿QUÉ TIPO DE MANCHA TIENES?

PARTE

02

EL PROTOCOLO EN CASA (PASO A PASO)

PARTE

03

TIPOS DE TRATAMIENTOS Y
ACTIVOS CLAVE

PARTE

04

RECOMENDACIONES GLOBALES Y
ESTILO DE VIDA

PARTE

05

PLAN DE ACCIÓN SEGÚN LA
TEMPORADA

¿QUÉ TIPO DE MANCHA TIENES?

Antes de empezar cualquier protocolo, identifica el origen de la pigmentación:

1. 🧬 **Melasma:** Manchas parcheadas y simétricas (frente, mejillas, labio superior). Tienen un fuerte componente hormonal y vascular, y empeoran considerablemente con la luz visible y la radiación UV.
2. ☀️ **Léntigos Solares o Seniles:** Manchas redondas u ovoides bien delimitadas que aparecen en zonas expuestas (rostro, escote, manos) debido a la acumulación de daño solar con el paso de los años.
3. 📍 **Hiperpigmentación Postinflamatoria (HPI):** Marcas oscuras o rojizas que quedan tras un proceso inflamatorio (brotes de acné, quemaduras, rozaduras o tratamientos agresivos).



EL PROTOCOLO EN CASA (PASO A PASO)

La clave para despigmentar la piel reside en atacar la mancha en **tres fases simultáneas**: frenar la formación de nuevo pigmento, evitar que la melanina suba a la superficie y acelerar la renovación celular.

✨ **Tip Blanch**: ante la duda, consúltanos. Estamos para ayudarte.



☀️ Protección y Previsión

El objetivo matutino es neutralizar los radicales libres y bloquear la radiación solar para que las manchas no se oscurezcan.

🧼 **Paso 1: Limpieza suave** Usa un limpiador respetuoso que no altere la barrera cutánea. Una piel irritada libera mediadores inflamatorios que estimulan la mancha.

🍊 **Paso 2: Antioxidante concentrado (Sérum de Vitamina C, Ácido Ferúlico o Niacinamida)** Neutraliza el estrés oxidativo provocado por la polución y la radiación solar.

💡 **Paso 3: Sérum/Crema despigmentante de día** Con activos reguladores como la Niacinamida, Ácido Tranexámico o Alfa-Arbutina.

🛡️ **Paso 4: Fotoprotección solar avanzada amplio espectro (SPF 50+)** El paso imprescindible. Si sufres de melasma, opta por fotoprotectores con color (con óxidos de hierro), ya que protegen activamente frente a la luz azul de pantallas y del sol.



🌙 Transformación y Renovación

La noche es el momento clave para renovar la piel e inhibir la síntesis de pigmento en profundidad.

💧 Paso 1: Doble Limpieza

- *Primer paso:* Limpiador en aceite o bálsamo para disolver el protector solar y el maquillaje.
- *Segundo paso:* Gel o espuma al agua para eliminar restos de polución e impurezas.



Paso 2: Tratamiento despigmentante intensivo.

Combina o alterna (según tolerancia) dos tipos de activos:

- **Inhibidores de la tirosinasa:** Ácido Tranexámico, Ácido Azelaico, Alfa-Arbutina o Ácido Kójico.
- **Transformadores/Renovadores:** Retinoides (Retinol, Retinal) o Alfa-Hidroxiácidos (Ácido Glicólico, Mandélico) para acelerar el desprendimiento de las células manchadas.



Paso 3: Hidratación y restauración de la barrera.

Si usas tratamientos potentes de noche, aplica una crema hidratante rica en ceramidas, ácidos grasos o ácido hialurónico para evitar descamaciones o sensibilidad.



TIPOS DE TRATAMIENTOS Y ACTIVOS CLAVE

Para que comprendas qué hace cada producto en tu piel, aquí tienes el desglose de los ingredientes principales:

Activo	Función Principal	Indicado Para
🔴 Ácido Tranexámico	Bloquea el componente vascular e inflamatorio de la mancha.	Melasma y manchas recurrentes.
✨ Retinol / Retinal	Acelera la renovación celular y estimula el colágeno.	Manchas por envejecimiento, tono irregular y textura.
🍊 Vitamina C Pura	Antioxidante, aporta luminosidad y aclara el pigmento oxidado.	Piel apagada y prevención diaria.
🌿 Ácido Azelaico	Inhibidor enzimático, antiinflamatorio y calmante.	HPI (marcas de acné), rosácea y pieles sensibles.
🛡️ Niacinamida	Bloquea la transferencia del pigmento a la superficie de la piel.	Todo tipo de manchas y refuerzo de barrera.



RECOMENDACIONES GLOBALES Y ESTILO DE VIDA

Tratar las manchas desde fuera es solo la mitad del camino; la prevención y la salud global completan el proceso:



Fotoprotección Oral (Nutricosmética):

Complementa tu fotoprotección tópica con cápsulas ricas en antioxidantes (Polypodium leucotomos, astaxantina, licopeno, vitaminas C y E). Refuerzan la resistencia celular desde el interior frente a la radiación solar.



Control de la inflamación silenciosa:

La inflamación sistémica estimula los melanocitos. Mantén una dieta rica en antioxidantes y baja en azúcares refinados/procesados de alto índice glucémico.



Evita la exposición solar directa: Usa gorras, sombreros y gafas de sol en las horas centrales del día, incluso si llevas fotoprotector solar puesto.



Cuidado con la fricción y el calor excesivo: Las saunas, el vapor o frotar la piel agresivamente (exfoliantes físicos de grano duro) pueden activar la producción de melanina como respuesta de defensa.



PLAN DE ACCIÓN SEGÚN LA TEMPORADA

❄ **Fase de Choque (Otoño/Invierno):** Es el momento idóneo para incorporar los activos más potentes (retinoides a mayor concentración, exfoliantes químicos fuertes como el ácido glicólico).

☀ **Fase de Mantenimiento y Control (Primavera/Verano):** Modera el uso de exfoliantes agresivos, mantén los inhibidores de la pigmentación (ácido azelaico, tranexámico, vitamina C) y multiplica la fotoprotección para evitar el "efecto rebote".

✉ **¿DUDAS CON TU RUTINA DESPIGMENTANTE?**

En **Farmacia Blanch** te ayudamos a seleccionar la combinación de activos que mejor se adapta a tu tipo de piel y necesidades.

👉 **Visítanos en www.ebrefarma.com** para consultar nuestros protocolos y solicitar tu asesoramiento personalizado.





Gracias por confiar en **Farmacia Blanch**. Este e-book es solo el comienzo. Si quieres seguir cuidándote, en nuestra web encontrarás:

- Una selección experta de productos
- Artículos y consejos actualizados
- Asesoramiento personalizado
- Promociones exclusivas

👉 Visítanos en: www.ebrefarma.com

📱 Síguenos en Instagram: [@farmacia_blanch](https://www.instagram.com/farmacia_blanch)



Código exclusivo para ti:

MANCHAS10

(10% dto. en tu próxima compra)



GUÍA PARA TRATAR LAS MANCHAS

TU GUÍA PRÁCTICA DE FARMACIA BLANCH PARA EL
TRATAMIENTO Y PREVENCIÓN DE LAS MANCHAS EN
LA PIEL

EBREFARMA.COM

BY FCIA. BLANCH



Farmacia **Blanch**

GUÍA PARA TRATAR LAS MANCHAS

TU GUÍA PRÁCTICA DE FARMACIA BLANCH PARA EL
TRATAMIENTO Y PREVENCIÓN DE LAS MANCHAS EN
LA PIEL

EBREFARMA.COM
BY FCIA. BLANCH