Seminario

CRONOCOSMÉTICA

OMNIA
FORMACIÓN QUE TRANSFORMA

Programa Académico

Introducción

La piel es un órgano dinámico cuyas funciones biológicas varían a lo largo del día, siguiendo ritmos que influyen en sus procesos de protección, hidratación, reparación y renovación celular.

La cronocosmética estudia la relación entre estos ritmos y el cuidado cutáneo, aportando una nueva perspectiva para comprender el comportamiento de la piel y optimizar las estrategias cosméticas.

Este seminario propone conocer los fundamentos de la cronobiología cutánea, su relación con los procesos fisiológicos y la influencia de factores como el sueño, las hormonas y las condiciones ambientales.

A lo largo de la capacitación se abordarán activos cosméticos, tecnologías de formulación y criterios para diseñar rutinas y protocolos adaptados a los ritmos biológicos y a las necesidades individuales de la piel.

OMNIA
Formación que transforma

Certificación	**CRONOCOSMÉTICA**
Modalidad	Online teórico–práctica, sincrónico y asincrónico
Objetivos Generales	Al finalizar la formación, el Asistente será capaz de: • Comprender los fundamentos de la cronobiología y su relación con la fisiología cutánea. • Conocer los ritmos biológicos que intervienen en las funciones de protección, reparación y renovación de la piel. • Identificar los factores que pueden alterar el reloj biológico cutáneo. • Reconocer los principales activos y estrategias utilizados en cronocosmética. • Incorporar criterios para diseñar rutinas y protocolos cosméticos personalizados.
Competencias del Asistente	Al finalizar la formación, el Asistente será capaz de: • Reconocer la influencia de los ritmos circadianos en las funciones cutáneas. • Identificar las diferencias fisiológicas de la piel entre el día y la noche. • Comprender la relación entre sueño, estrés, hormonas y salud cutánea. • Conocer los principales ingredientes y tecnologías utilizados en cronocosmética. • Seleccionar estrategias cosméticas según las necesidades y los ritmos biológicos de la piel. • Aplicar criterios de cronocosmética en la planificación de rutinas y protocolos profesionales.
Metodología	• Exposición teórica con base científica actualizada. • Demostración de técnicas y protocolos paso a paso. • Análisis de casos clínicos. • Enfoque práctico orientado a la aplicación profesional. • Material de apoyo en formato digital.
Perfil del Asistente	• Cosmetólogas y cosmiatras. • Esteticistas profesionales. • Profesionales del cuidado de la piel. • Especialistas en estética avanzada. • Profesionales de la salud interesados en tecnologías no invasivas. • Estudiantes avanzados de carreras afines. **Requisito excluyente:** contar con formación previa en estética y conocimientos básicos en fisiología cutánea.

Estructura curricular

INTRODUCCIÓN A LA CRONOBIOLOGÍA CUTÁNEA

• Concepto de cronobiología y cronocosmética.
• Ritmos circadianos y reloj biológico de la piel.
• Genes del reloj circadiano: CLOCK, BMAL1, PER y CRY.

RITMOS CIRCADIANOS Y FUNCIONES CUTÁNEAS

• Ciclo día-noche: protección, reparación y renovación celular.
• Variaciones de hidratación, sebo, pH y permeabilidad cutánea.
• Función barrera, reparación del ADN y envejecimiento cutáneo.
• Influencia del sueño y la melatonina.

DESINCRONIZACIÓN DEL RELOJ CUTÁNEO

• Epidermal Jet Lag.
• Influencia del estrés, la radiación UV y la luz artificial.
• Alteraciones del sueño y sus efectos sobre la piel.

CRONOCOSMÉTICA: ACTIVOS Y ESTRATEGIAS

• Cosmética diurna y nocturna: selección de ingredientes.
• Antioxidantes, retinoides, péptidos y melatonina tópica.
• Activos cronocosméticos.
• Encapsulación y sistemas de liberación controlada.

OTROS RITMOS BIOLÓGICOS

• Ritmos ultradianos e infradianos.
• Cambios cutáneos asociados al ciclo menstrual.
• Cronocosmética estacional: adaptación a las condiciones ambientales.

APLICACIÓN PROFESIONAL

• Diseño de rutinas según los ritmos biológicos y las necesidades cutáneas.
• Skin Cycling: exfoliación, retinoides y recuperación.
• Personalización de protocolos y criterios de selección cosmética.

Consultas e Inscripción

WhatsApp: 54 911 3351 1610

Web: www.omniaformacion.com