



Está presente de forma natural en alimentos como huevos. Foto cedida por Studio K

Vitamina B12: el activo que redefine el cuidado de la piel sensible

La cosmética gira hacia fórmulas que priorizan la calma, la reparación y el equilibrio para cuidar las cada vez más comunes pieles sensibles. La vitamina B12 se ha convertido en uno de los activos más buscados de la temporada que salta desde la alimentación y la suplementación al mundo de la estética.

POR: MARÍA MUÑOZ RIVERA
 EFE REPORTAJES

Conocida como la "vitamina rosa" por su característico color, la vitamina B12 se posiciona como una respuesta eficaz en pieles reactivas o con tendencia a las rojeces. El estrés, la contaminación o los cambios en el estilo de vida han alterado la barrera cutánea de una parte significativa de la población, haciendo de la piel sensible una condición tópica cada vez más común.

QUÉ ES LA VITAMINA B12 Y POR QUÉ SE HA CONVERTIDO EN TENDENCIA

La vitamina B12, o cianocobalamina, es una vitamina hidrosoluble del grupo B obtenida mediante procesos biotecnológicos de fermentación. En cosmética, se emplea en concentraciones muy bajas, generalmente inferiores al 0,1 %, lo que no impide que sea altamente eficaz. Su coste elevado —en torno a 13.000 euros el kilo— refleja su complejidad de producción, aunque su uso en pequeñas dosis permite incorporarla a fórmulas de alto rendimiento. Este equilibrio entre potencia y precisión es uno de los factores que explican su creciente presencia en sérums y cremas. Pero más allá de sus características técnicas, su éxito responde a una transformación del mercado. Cada vez son más los consumidores que se identifican con una piel sensible, afectada por factores externos e internos. La cosmética responde a esa demanda con activos capaces de calmar sin agredir. El principal valor de la vitamina B12 reside en su capacidad para reducir la irritación y las rojeces. Su acción se centra en calmar la piel y favorecer su regeneración, lo que la convierte en un ingrediente clave en tratamientos dirigidos a pieles comprometidas. Su eficacia se extiende también al cuero cabelludo, donde se utiliza en productos específicos para tratar la irritación.

Este uso transversal refuerza su posición como activo versátil dentro de la cosmética contemporánea. Además, su capacidad para unificar el tono y mejorar la textura de la piel la sitúa en el centro de una tendencia que prioriza la salud cutánea frente a la corrección inmediata.

UNA VITAMINA EXIGENTE: CÓMO FORMULARLA CORRECTAMENTE

La vitamina B12 no es un ingrediente fácil de trabajar. Su estabilidad depende en gran medida del entorno en el que se formula, lo que exige un conocimiento preciso por parte de los laboratorios. Entre sus particularidades destaca su incompatibilidad con pH extremos. Las formulaciones que incluyen sustancias muy ácidas o alcalinas pueden comprometer su eficacia. Por este motivo, los expertos recomiendan evitar su aplicación tras exfoliaciones químicas. En cambio, su combinación con activos hidratantes y péptidos reafirmantes potencia sus efectos, permitiendo crear fórmulas equilibradas y eficaces. La eficacia de la vitamina B12 se potencia cuando se combina con otros ingredientes que actúan de forma complementaria. Entre ellos destaca el 'glycosyl hesperidin', un derivado de los cítricos que refuerza los capilares y reduce las rojeces asociadas a la dilatación vascular. Este activo resulta especialmente útil en casos de rosácea o enrojecimiento difuso. El extracto de flor de malva aporta un efecto calmante inmediato gracias a su capacidad para formar una película protectora sobre la piel, aliviando la tirantez. Por su parte, el extracto de acerola, rico en vitamina C, contribuye a combatir la inflamación y estimular la producción de colágeno, fortaleciendo la piel frente a agresiones externas. Finalmente, el extracto de fermento de alteromonas actúa como un escudo frente a los factores ambientales, reforzando las defensas naturales de la piel y

continúa ►►



Foto cedida por Shiny Diamond

Aterrizas en la cosmética después de triunfar como suplemento.

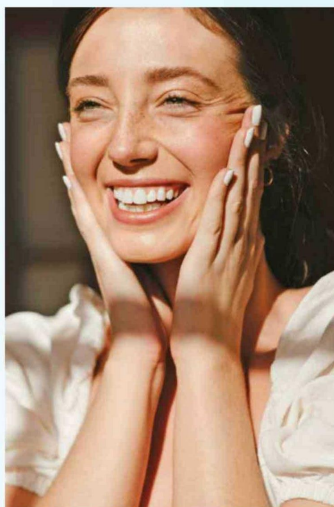
reduciendo su sensibilidad.

EL AUGE DE LA VITAMINA B12 NO PUEDE ENTENDERSE SIN ANALIZAR EL CONTEXTO ACTUAL

El aumento del estrés, el impacto de la contaminación y los cambios en la alimentación han modificado el comportamiento de la piel.

La cosmética responde a esta nueva realidad con fórmulas más respetuosas, centradas en restaurar el equilibrio cutáneo. La vitamina B12 encaja en esta lógica como un activo que no solo trata, sino que previene, con una capacidad para adaptarse a diferentes necesidades que la convierte en una de las apuestas más sólidas del sector para los próximos años.

La irrupción de la vitamina B12 en la cosmética refleja un cambio de enfoque más amplio. La belleza ya no se define únicamente por la apariencia, sino por la salud de la piel. Así es como los activos calmantes y reparadores ganan protagonismo frente a aquellos que prometen resultados inmediatos pero agresivos. La piel sensible deja de ser una excepción



Este compuesto aporta luminosidad a la piel y unifica el tono. Foto cedida por Shiny Diamond

para convertirse en un punto de partida. Y la vitamina B12, con su capacidad para calmar, reparar y proteger, se posiciona como uno de los ingredientes clave de esta nueva era. ©



**Si deseas ser parte de
 belleza y estética**
Integral

servicio@elrancaguino.cl