



# Como cuidar tu piel



# Tu piel en tus manos

---

**CLIMBSKIN® HAND CREAM** ha sido diseñada especialmente para escaladores y para todos aquellos deportistas que requieran un especial cuidado de las manos.

Las manos son nuestra conexión directa con la roca, las que nos permiten percibirla de forma especial. Una piel cuidada —con callo, sí, pero uniforme y elástico— hará que nuestras sensaciones mejoren radicalmente, lo que marcará la diferencia en nuestro rendimiento a la hora de **escalar o entrenar**.



Foto: Germán Gliz.



**SPANISH  
THROWDOWN**

Producto Oficial

**CLIMBSKIN REVOLUTION**

**CLIMBSKIN® HAND CREAM** reúne los más potentes regeneradores y cicatrizantes de piel encontrados en la naturaleza, bajo un diseño innovador y preciso que combina 8 ingredientes principales.

Es una crema de **absorción rápida**. Una fórmula que equilibra extractos y aceites de máxima calidad sobre una base excepcionalmente fina le confieren una textura densa, resistente a altas temperaturas y sin embargo nada oleosa. No contiene colorantes ni aromas artificiales, solo ingredientes de la mejor calidad, de cuya combinación resulta un aroma agradable, natural y característico.

Hemos diseñado todo el proceso de fabricación para que sea sumamente **respetuoso con el medio ambiente**, con el que nuestra empresa está muy sensibilizada.



- ✓ **No testada en animales.**
- ✓ **0% Colorantes**
- ✓ **0% Aromas Artificiales**



## Garantías y Tests

- Fabricamos (bajo BPF según la ISO 22716). **Climbskin® Hand Cream** está registrada en el CPNP, portal europeo según el nuevo reglamento 1223/2009.
- Testada dermatológicamente.
- **Patch Test:** 0% irritabilidad dérmica.
- **Challenge Test:** Test microbiológico con 100% de efectividad.
- **Test de estabilidad:** Los resultados avalan que, en condiciones normales, la crema es perfectamente estable durante 2 años antes de ser abierto el envase, y 6 meses tras su apertura.

# 1 Antes. PROTEGE



Hasta ahora era impensable utilizar los productos existentes antes de escalar. Aplica **Climbskin® Hand Cream** una hora antes de **escalar o entrenar**, una fina capa es suficiente para dotar a la piel de una mayor elasticidad. Este "calentamiento" protege y previene hasta en un 90% diferentes daños en la piel, como que se levanten los callos, aparición de grietas o que se desprege la piel de la uña. Además la tintura de benjuí y la sílica natural ayudan a regular la sudoración, que es un factor clave en el desgaste de la piel.

# 2 Durante. ¡VAMOS!



- Piel seca: evita los magnesios líquidos o con óxido. Lava las manos lo antes posible después de escalar y, si puedes, durante los descansos también.
- Corta y lima cualquier piel que se levante lo antes posible y por pequeña que te parezca, evitarás daños mayores por enganchones en la misma zona.
- Si se levanta un callo, lo primero es detener la hemorragia. Después, recorta la piel y lima el escalón de piel generado. Aplica **Climbskin® Hand Cream** sobre la zona afectada y déjala actuar 20 minutos, después extiéndela. Un exceso de hidratación para este tipo de heridas es contraproducente ya que reblandece la piel y ralentiza la regeneración.
- Las rajaduras, grietas o "smilies" se producen normalmente por una falta de elasticidad en el callo y repetición sobre un mismo agarre. En caso de producirse hay que limpiar, cortar, limar al máximo y aplicar la crema como cuando se levanta un callo (punto anterior).
- Para continuar con la actividad, si la herida es en los dedos cúbrela con varias vueltas de una fina tira de esparadrápalo transpirable. Aplica la tira de adelante hacia atrás (de la punta de los dedos hacia la mano), así tardará más en moverse, pero cuando lo haga, cámbiala lo antes posible.

## 3 Después. **REGENERA**



Iguala la piel de las manos al máximo al finalizar cada sesión (teoría de las capas).

- Acabada la regeneración es VITAL empezar a recuperar la piel inmediatamente después de acabar la actividad.
- Iguala la piel de las manos al máximo (teoría de las capas). Debes limar y cortar cuidadosamente toda la piel levantada, grietas, callos, etc. Antes de lavarte las manos. Solo después lávalas, es muy importante que no dejes pasar mucho tiempo especialmente si tienes una piel seca.
- Si has sufrido un desgaste importante de las yemas, es muy importante limar la piel de alrededor y de ésta y las uñas para favorecer una regeneración más rápida y uniforme. No conviene un exceso de callo en estas zonas, pues favorece el desgaste de la yema.
- Lima el exceso de callo debajo de las líneas de pliegue en cada articulación de los dedos, y así dificultarás que se levanten los callos o se produzcan dolorosos pellizcos.
- Con la piel completamente igualada, deberás lavar las manos, eliminando la suciedad y los restos de magnesio.
- Sécalas muy bien antes de aplicar **Climbskin® Hand Cream**.
- Aplicala en capas, extendiéndola bien. Normalmente 1 o 2 capas serán suficientes. Las capas no deben dejar apenas residuos en la piel; si las manos quedan un poco grasas es que has usado más crema de la necesaria. Aprende a conocer TU piel.
- Después de una ducha con agua templada o caliente y sin que se hinchen las manos en exceso, se ve mejor el mapa de daños en la piel. Puedes limar ahora pero ten en cuenta que la lima produce un mayor efecto, ideal para callos más gruesos y secos. Vuelve a lavar las manos y, una vez secas, sería también un momento perfecto para aplicar **Climbskin® Hand Cream**.

**¡Escala más! ¡Entrena más! ¡Fuerza tus límites con mejor piel q**

**Cuidar la piel** en la escalada no es una cuestión de **edad** si no de generar un **hábito** saludable. Hemos creado un producto de máxima calidad que ayudará a fortalecer dicho hábito, pero está en manos de todos: entrenadores, padres y educadores, el darle la importancia que merece. Creemos que el cuidado de las **manos** debería formar parte del **aprendizaje** de la escalada a cualquier nivel, estar incluido en todos los programas de entrenamiento y formación incluso en los orientados a los **más jóvenes**.



Foto: davidschwitzer.ch

## Climbskin para todos

- Crea una rutina en el cuidado de la piel de las manos con Climbskin® Hand Cream y en poco tiempo notarás la gran diferencia.
- Puedes usarla antes y después de cada sesión de escalada o entrenamiento.
- Una piel cuidada marcará la diferencia en tu rendimiento.



*que nunca!* Disfruta más si cabe, **descubre** CLIMBSKIN



“Climbskin va a cambiar  
la escalada de la gente”

—Chris Sharma



Foto: Javi Pec



Colaborador Oficial de las Selecciones  
Españolas de Escalada y Paraescalada



[climbskin.com](http://climbskin.com)