

Nº 112

# Belleza mia

## OPERACIÓN CUERPO

10 PROBLEMAS  
EN BUSCA  
DE SOLUCIÓN

*¡Empieza ya!*

**¿SENSIBILIDAD?  
REINVENTA TU PIEL**

La  
mejore  
web  
**PARA LIGA**

**NO GLUTE**  
La dieta d  
las celeb

# Flechazo PRIMAVERA

DE LA PASARELA A LA CALLE: MODA, CABELLO,  
MAKE UP... ADAPTA EL LOOK



Los rituales de belleza más buscados se rinden a la tendencia *delicatessen* y parecen desarrollarse en cocinas 5 Estrellas Michelin. Que tu piel no se quede con hambre.

por MARTA CÁMARA

# Abrir el APETITO

**S**ólo en la carta de los gastro-bares más *trendy*? De eso nada. Los paladares más exigentes también se rinden a los nuevos protocolos de belleza. Salmón salvaje, trufa blanca, soja, jengibre o caviar se salen de "menú" para regalar a nuestra piel toda su esencia. Te contamos cuáles son los entrantes y los platos más sofisticados -y efectivos- de la temporada.

## Salmón salvaje, ¡top vitalidad!

El ADN triple extraído del salmón salvaje de Canadá es el secreto de este ritual rejuvenecedor del rostro que acelera la renovación celular. Los activos penetran en el interior de la piel a través de los delicados "movimientos mariposa" ideados por la firma Valmont, que aumentan la hidratación y la re-

talización de la piel. Puedes degustarlo en tres versiones: Express (80 €), completo (150 €) o intensivo (175 €). En el Spa by Valmont de Barcelona.

## Sólo para tus ojos, parches de caviar

La piedra angular de este tratamiento antiojeras y antibolsas es un parche rico en caviar, aminoácidos y oligopéptidos. Se aplica en el contorno de los ojos para favorecer la producción de colágeno y estimular la circulación. Cuando se retira, se da un masaje de 10 minutos con los mismos activos, y para finalizar, se recurre a un sistema de radiofrecuencia que efectúa un drenaje linfático en la zona. El objetivo es descongestionar, mejorar la circulación y reducir el edema de los párpados. Precio: 60 euros por sesión. En el centro Estética Lostao en Zaragoza.

## JENGIBRE & NUEZ

### LA PAREJA EXFOLIANTE

Se trata de un tratamiento corporal plenamente invernal que hidrata, tonifica y regenera la piel al tiempo que favorece la relajación y el equilibrio de todos y cada uno de los sentidos. La cáscara de nuez (exfolia en profundidad), el jengibre (alivia las molestias musculares) y las pepitas de uva (hidratan y protegen la piel) forman el equipo de rescate de este protocolo de primeros auxilios para plantar cara a las sensaciones invernales y la sequedad cutánea. El ritual comienza con un completo masaje relajante que se lleva a cabo sobre la piel húmeda. Una vez que los sentidos están a punto, se procede con la exfoliación. Para terminar, se aplica una leche corporal de efecto regenerante. Precio: 80 euros. En el centro Slow Life House en Madrid.

## Canela en rama

### De cuerpo entero

El tratamiento se llama "Cinnamon Delight" y se trata de un protocolo altamente sofisticado y relajante que busca, ante todo, despertar los sentidos, reparar la piel y proteger a las pieles más

sensibles de las agresiones externas que acechan a la vuelta de la esquina. El aroma de la canela y el árbol de té son las esencias que acompañan los movimientos de un masaje específico que equilibra los sentidos.

En cuanto a los efectos cosméticos, la piel sale de la sesión absolutamente lisa e hidratada. También es notable la tersura. Precio: 90 euros. En los Centros Caroli Health Club de toda España.



## LAS PIELES REACTIVAS HAN DE MULTIPLICAR SUS CUIDADOS

y no exponerse al sol sin una protección alta, ni en las horas de mayor incidencia. De hecho, ya existe en el mercado fotoprotección específica para pieles sensibles.



CAMILLE ALBANE

**¿Sensible o reactiva?** Aunque tendemos a pensar que son lo mismo, el término y los síntomas son completamente distintos. Mientras que una piel sensible suele ser fina y frágil y los síntomas se manifiestan en forma de tirantez, rojeces y picor de manera transitoria, la piel reactiva es, además, fácilmente irritable, con tendencia a la cuperosis, la inflamación y la descamación.

### Venas visibles, **irritación extrema**

Cuando hablamos de pieles reactivas, los síntomas empeoran, pero sobre todo hay dos patologías que quitan el sueño a miles de mujeres: la cuperosis y la rosácea. En ambos casos, el problema deja de ser una incómoda sensación y pasa a notarse a simple vista. La cuperosis está provocada por una dilatación excesiva de los vasos sanguíneos. Los pómulos y las aletas de la nariz son las zonas del rostro más propensas, así como las pieles más finas. Para combatirla es importante evitar las "emociones fuertes" y la acción directa de las fuentes de calor como calefacciones, saunas o secadores. Suelen mejorar a corto-medio plazo con tratamientos cosméticos especiales que activen la microcirculación cutánea (generalmente a base de vitamina K, que tiene la propiedad de contraer los capilares). A la hora de maquillarse, utiliza correctores, sobre todo en tono verde, que tienen la propiedad de neutralizar el rojo, y productos con efectos ópticos que unifiquen la piel. El frío, el viento y la deshidratación originan o acentúan sequedad, rojeces, tirantez o cuperosis.

La AEDV (Academia Española de Dermatología y Venereología) ofrece algunos consejos para contrarrestar los síntomas de este tipo de pieles:

### Tratamientos S.O.S. Piel en calma

#### *Regeneración total*

**Carmen Montalbán** apuesta por los factores de crecimiento para reparar y aportar confort a las pieles más sensibles y reactivas. Un protocolo único capaz de calmar y regular las pieles sensibles y reactivas que presentan sequedad, picor, rojeces y tirantez. Los factores de crecimiento son unas proteínas clave en el proceso de regeneración natural de los tejidos que se encuentran en las plaquetas. Su función principal es enviar señales a las células para que éstas comiencen a generar tejido nuevo cuando el mismo se encuentra dañado. Duración: 75 minutos. Precio: 98 euros.

[www.carmenmontalban.com](http://www.carmenmontalban.com).

#### *Especial confort*

En **Chi Spa** puedes encontrar un protocolo refrescante, que descongiona y suaviza la epidermis, calma y relaja hasta las pieles más vulnerables, sensibles. Un tratamiento ideal para antes del verano porque aumenta la tolerancia de la piel, combate las agresiones externas y rojeces, y proporciona hidratación en profundidad dejando la piel sana. Posee ingredientes naturales que no agreden la epidermis. La rosa de Oriente sana y calma la piel, el maíz peroxidado refuerza la tolerancia cutánea, la almendra dulce suaviza, mientras que el aceite de jojoba y de germen de trigo la nutren, reforzando la película hidrolipídica de la piel y respetando su tasa de hidratación. Duración: 60 minutos. Precio: 75 euros.

[www.thechispa.com](http://www.thechispa.com).

#### *Ultrahidratante*

**Estética Lostao** ha eliminado alcoholes, aceites minerales, colorantes, fragancias artificiales, parabenos y demás ingredientes que suelen provocar alergias y daños en la piel en las pieles sensibles, y que se incrementan en los meses de frío. Un tratamiento para darle a la piel la dosis de hidratación que necesita de forma segura. Hidratación, descongestión, activación de la microcirculación y sensación de relax son algunos de sus efectos.

Duración: 90 minutos. Precio: 118 euros.

[www.esteticalostao.com](http://www.esteticalostao.com).