



VOGUE

ESPAÑA

belleza

GANAS DE CALOR

Perfumes tropicales
Maquillaje africano
Uñas tecnicolor
Piel glossy

...Y LA VUELTA
(DEFINITIVA)
DEL PELO
RIZADO

TODO POR UN cuerpo

10

FITNESS
DIETA
CREMAS
CIRUGIA
TECNO

PARA PONER CADA CURVA EN SU SITIO

PREPARAR

Una piel hidratada y limpia de células muertas e impurezas es el lienzo perfecto para un bronceado uniforme. De ahí la importancia de realizarse un tratamiento corporal de iniciación en solar en cabina como el que propone Chi Spa, que combina la aromaterapia de los aceites esenciales que impregnan las sales con las que se realiza una exfoliación completa, con un masaje de bombeo y oxigenación aplicado con la ayuda de una crema nutritiva a base de vitaminas E y F. Desde 40 €. En Chi Spa. thechispa.com, Madrid y Barcelona.

ANTIAGING

En Caroli Health Club han puesto en marcha un ritual perfecto para liberar la piel de las secuelas invernales y elevar sus defensas frente a la ligereza de ropa. Se trata de un protocolo que, además de exfoliar, nutre la epidermis intensamente

gracias a la acción de la pitahaya, un cactus con un gran poder antioxidante que regula la proliferación de radicales libres y desintoxica. 100 €. Tels. 910 001 886 y 961 866280, Madrid y Valencia.

TOPLESS

Para sacar pecho, nada mejor que preparar su puesta en escena con un tratamiento tensor de busto y escote como el que proponen en la Boutique Spa Lostao. El protocolo combina el masaje manual con la radiofrecuencia capacitativa del Indiba, que genera colágeno y un cóctel de activos reafirmantes. El número de sesiones oscila entre 3 y 6. 95 €. En Boutique Spa Lostao. Tel. 976 218 000, Zaragoza.

DESDE EL INTERIOR

Fotoprotección biológica, un término al que hay que ir acostumbrándose ya que los dermatólogos coinciden en amparar el presente y futuro de la protección bajo su sombra. Para Santiago Vidal Asensi, director de dermatología del IMIDEF y miembro de la AEDV, consiste «en aprovechar sustancias presentes en los seres vivos para prevenir o reparar los efectos nocivos del sol en nuestra piel». Lo que se traduce en acompañar, que no sustituir, los fotoprotectores tópicos con la ingesta de alimentos que ayuden a la piel a aumentar sus defensas «y en incorporar un fotoprotector oral. La nutricosmética es un espléndido modo de prevenir problemas de fotoalergias, fototoxias, quemaduras, manchas...». También se investiga cómo estimular la MSH sin necesidad de que intervengan rayos UV. O lo que es lo mismo, producir un bronceado artificial desde dentro.

¡MOVILÍZATE!

Las *apps* se han convertido en una útil herramienta cotidiana. A la hora de conseguir un bronceado sano, también. La más destacada, diseñada por un equipo de dermatólogos del Hospital Univ. Ramón y Cajal de Madrid e impulsada por el laboratorio farmacéutico ISDIN y gratuita, se llama FotoSkin y ofrece la posibilidad de llevar un autocontrol fotográfico de los cambios que pueda ir experimentando nuestra piel con el paso del tiempo. Además, ofrece un test para averiguar el fototipo, el riesgo de melanoma y el daño actínico. Otra muy útil es Sun Expositive; alerta de cuándo hay que renovar el fotoprotector y aporta información climática sobre radiación solar.