

Belleza mia

Nutrición
2015
HAPPY
NEW DIET
TODO
O NUEVO

Moda fiesta
VANNA BAQUERO
CHARLOTTE VEGA
los deslumbran

Pelo &
maquillaje
SORPRENDE
CON LOS
MEJORES
LOOKS

Salud
¿SOBREVIVIR
A LOS
TACONES?

y se hizo
LA LUZ

PIEL PERFECTA, RADIANTE Y SIN IMPERFECCIONES



Corren tiempos para poner la piel a punto. Pero también de mimar a fondo

nuestro cuerpo y regalarle experiencias que pongan freno al estrés navideño. Una hora tendida sobre una de las camillas que te proponemos marca el antes y el después. Tratamientos lujosos que devuelven al rostro la tersura y la luminosidad, acercando sus efectos al de un *lifting* natural. Rituales corporales aderezados con aceites esenciales, pindas o cuencos tibetanos que suavizan tu piel mientras relajas todos tus sentidos. Es hora de practicar el "egoísmo inteligente" y dejarse llevar por las sensaciones más reconfortantes. Año tras año, los protocolos se superan.

Mudita moment, con pindas aromáticas

Si no tienes prisa, este es tu ritual. Comienza con un lavado de pies con sales de árbol de té orgánico y sigue con el masaje de la tranquilidad Samruan, que se realiza con pindas de hierbas. El rostro no queda fuera de juego, y también recibe un tratamiento exclusivo facial llamado Malo Ananta. Todo un homenaje al bienestar de cuerpo y mente, 100 % sensorial y relajante, pero también revitalizador. En Pañpuri Organic Spa en Madrid. Precio: 175 €.

Especial piel luminosa

Masaje, mascarilla y una envoltura corporal formulada con poderosos activos hidratantes y reparadores conforman este tratamiento. El masaje, de 40 minutos, que se lleva a cabo utilizando una manteca previamente elevada a la temperatura corporal y de efecto redensificante, es el detalle que marca la diferencia. El efecto "parche" de la envoltura con mascarilla de extracto de cítricos, colágeno, elastina marina y ácido hialurónico asegura una penetración extraordinariamente intensiva de los activos. En el Centro de Estética Boutique Soa Lostao de Zaragoza. Precio: 115 euros.

Perfection corporal

Aúna la más avanzada tecnología con los activos más eficaces y exóticos y las manos de los mejores terapeutas. Exfoliación, radiofrecuencia bipolar que reafirma y define los contornos, un drenaje que afina la silueta y lucha contra los cúmulos grasos y un contundente masaje nutritivo basado en aceites esenciales puros son las cuatro partes de las que consta este suntuoso protocolo. En los Centros Caroli Health Club en Madrid y Valencia. Precio: 75 €.

Beauty back.

De espaldas al mundo

No te olvides de esa sensual parte de tu anatomía. Este tratamiento ha sido especialmente orquestado para ella y tiene como objetivo eliminar granitos, manchas y recuperar su tersura y suavidad. El primer paso es aplicar un *peeling* médico que se adapta a las necesidades de cada persona. Después se recurre al láser Reaura, que renueva la epidermis y activa la formación de colágeno de la piel. Para finalizar, se ahuyenta el estrés con un masaje de corte descontracturante que relaja la musculatura de la zona. En Ribé Clinic en Barcelona. Precio: 300 €.

The Comforter, en palo de rosa

La experiencia arranca con una intensa exfoliación corporal a base de chocolate caliente. Después, piel y sentidos reciben un masaje de aceite de rosa que nutre suavemente la piel. Al salir, te preguntarán dónde estás. La música que acompaña al tratamiento, especialmente compuesta para acompañar los movimientos del especialista, te traslada muy lejos. En el Lush Spa de Madrid. Precio: 90 euros.

TEXTURAS RECONFORTANTES Y ENVOLVENTES.

Técnicas de masaje que abrigan y calman los **SENTIDOS** más ateridos o estresados. Mientras tanto, tu piel, más firme, joven y luminosa.

Exfoliación vegetal

Todas las impurezas desaparecen de tu piel -en tiempo real- gracias a un combinado exfoliante de azúcares refinados y aceites cítricos que espolean tus sentidos mientras renuevan la piel en profundidad. Después, llega la hora de los mimos, que la esteticista llevará a cabo con un suave masaje a base de aceites de karité y maracuyá. El resultado es una mente despejada y una piel ultrahidratada. En el Centro Wellness Inúu de Andorra. Precio: 76 €.

Stone Therapy, a la piedra volcánica

Se trata de un masaje con piedras volcánicas de basalto que envuelve el cuerpo en una relajante sensación de calor y confort. Los orígenes de esta técnica hay que buscarlos en los amerindios de Arizona. Las piedras que se emplean desprenden una energía que se transmite al receptor (tú) creando un efecto relajante, armonizante, que alivia las tensiones musculares y contribuye a mejorar la circulación sanguínea y linfática. En Chi Spa en Madrid y Barcelona. Precio: 75 €.

POR ESTAS FECHAS, la piel reclama efectos inmediatos y **PIERDE LA PACIENCIA** ante las inminentes fechas. Se imponen **TRATAMIENTOS** intensivos, que al tiempo sirvan para recomponer los nervios.