

Masajes faciales que te cambian la cara

Y que cuestan menos de lo que crees



Una buena maniobra facial puede estilizar el rostro, eliminar bolsas y cambiar la textura de la piel.
Antonio Terrón

A menudo nos desesperamos tratando de dar con el serum capaz de eliminar las bolsas, mejorar de forma generalizada la piel o despejar cualquier rasgo que denote cansancio pero existen tratamientos cien veces más efectivos que muchos productos cosméticos. Estos son los faciales manuales más agradecidos.

HYDRAFACIAL: LA LIMPIEZA MÁS DEMANDADA DE EEUU

Tres pasos, treinta minutos, así reza el eslogan de Hydrafacial, el sistema de [limpieza facial](#) más demandado del mundo (dicen que cada 16 segundos una persona se somete a este tratamiento en alguna parte del mundo). El secreto de esta extracción exprés de impurezas es su tecnología patentada de succión y vacío que limpia en profundidad los poros y arrastra con ella todo residuo sin dañar la piel (además es mínimamente invasiva). Tras esta extracción, exfoliación y limpieza en uno el experto (debe ser siempre un médico estético especialmente formado para llevar a cabo la técnica) aplica un combinado de activos hidratantes que ha sido previamente pautado según las necesidades de cada paciente. Los resultados son impresionantes, sobre todo [en pieles con tendencia a ensuciarse o poros muy abiertos](#). Eva Mendes, Beyoncé, Kate Winslet y Paris Hilton ya han declarado su amor a esta tecnología que llegó a España el año pasado y que está arrasando. Cuesta 150 euros. ¿Dónde? En Instituto Maribel Yébenes.

UNA SESIÓN DE MINDFULNESS EN FORMATO FACIAL

Como lo lees. Existe y lo hemos probado en el centro de Carmen Navarro. Se trata de un facial antipolución llamado *Urban Primer* ideado por la marca Montibello que combina varios tratamientos destinados a solucionar dos problemas principales: la piel apagada y cetrina y [la luz perdida](#), ambos muy comunes en poeles expuestas a la contaminación urbana. Pero lo mejor son las maniobras con las que estos tratamientos se aplican por la esteticista. Respiración pautada con aromaterapia, suaves presiones en partes estratégicas de rostro y cuerpo, gestos propios del Reiki y un "remonte muscular" (maniobras de elevación de los músculos). [Todo ello realizado sólo con las manos](#). El resultado es una piel como nueva, más jugosa, más luminosa. Y lo mejor: aporta una relajación máxima. 100 euros. En Carmen Navarro.

DRENAJE LINFÁTICO (FACIAL)

Desarrollado por el doctor Emil Vodder en 1932, el drenaje linfático manual es la técnica más eficaz que existe para movilizar el líquido acumulado y reactivar la circulación linfática, responsable, entre otros problemas, de la hinchazón en determinadas zonas, la retención de líquidos, las bolsas... Las maniobras de drenaje van encaminadas a abrir y cerrar las válvulas de los vasos linfáticos para evacuar de forma natural los líquidos acumulados, así que este masaje 100% manual, además de hacer maravillas en piernas, brazos o tobillos, es mano de santo a la hora de descongestionar el rostro. Practicado por unas manos expertas, perfila el contorno, afina y mejora considerablemente la calidad y el tono de la piel de forma instantánea. Eso sí, no puede hacerlo cualquiera, es fundamental que el experto tenga un conocimiento minucioso de la anatomía ganglionar facial y de la dirección de evacuación de la linfa. Las manos de Cecilia Mirapeix, terapeuta de la Clínica Dermatológica Internacional son mágicas. Cuesta alrededor de 60 euros.

KOBIDO: TERAPIA IMPERIAL

Se llama Kobido y probablemente te suene. Es el nombre del masaje facial japonés por antonomasia. Ideado allá por el siglo XV, es un ritual muy completo que -se sabe- era el responsable del rostro siempre impoluto de las emperatrices japonesas. A base de maniobras muy precisas y estudiadas que alternan puntos de presión y movimientos ascendentes, este ritual trabaja los dieciséis músculos faciales más superficiales. El resultado es una musculatura facial en forma. O lo que es lo mismo, una piel más firme, un pómulos más alto y un mentón más definido. Es ideal para aquellas que no quieren someterse a tratamientos con aparatología porque es 100% manual. 120 euros. En The Beauty Concept.

CEPILLO FACIAL: UNA AYUDA CASERA

Según Clare Peters, directora del salón de belleza londinense Nevills, son muchas las mujeres que echan mano de [toallitas limpiadoras a diario](#) para acortar el proceso de limpieza facial. Sin embargo, este instrumento debería emplearse solo de manera excepcional. "A largo plazo la limpieza pobre repercute en una piel opaca, falta de luminosidad y seca", afirma la experta, que recomienda [elegir el producto más adecuado a cada tipo de piel](#) (ya sea en forma de gel, leche o foams), una exfoliación a la semana e incorporar un dispositivo electrónico de limpieza para llevar la limpieza a un nivel superior. La facialista asegura que si se emplean de forma adecuada (los que incorporan cepillo solo una vez a la semana y los que son suaves a diario, es el caso de Foreo) la piel se transforma en pocas semanas.