

# TE VA

EXCLUSIVA

MARÍA  
GONZÁLEZ

LA HIJA DE FELIPE  
Y LOS PAPELES  
DEL PRESIDENTE

LA ÚLTIMA  
BELMONDO

DESCUBRIMOS A  
LA NIETA FAVORITA  
DE JEAN PAUL

MANUEL  
VALLS

SOBRE TERRORISMO,  
JUEGOS DE PODER  
Y LA PRIMERA  
Y ÚLTIMA VEZ  
QUE DIJO TE AMO  
EN CATALÁN

3 PRENDAS  
EXTRAORDINARIAS

GRAN  
BLAZER

MEJOR CON GRAN LAZO

+ PANTALÓN  
ANCHO  
+ VESTIDITO

*SE LLEVAN*

GLASS HAIR  
(O PELO  
DE CRISTAL)

BRILLA Y SE REFLEJA

& BLUSA  
CON GOLA

Nº 956 • DICIEMBRE 2018 • 4,50 €

ALEMANIA: 6,5 € • AUSTRIA: 6,75 € • BELGICA: 6 € • CANADA: 9,95 € • GRECIA: 6 € • ITALIA: 6,2 € • INGLATERRA: U.K. 4,99 €  
IRLANDA: 7,8 € • LUXEMBURGO: 6 € • MALTA: 5,50 € • MARRUECOS: 10 PESCOS • PORTUGAL CONT: 4,50 € • SUIZA: 7,95 € • PRINTED IN SPAIN



## Pon tu piel a trabajar

Cuando la piel se vuelve vaga sus funciones se ralentizan y tu cara lo refleja. Por eso una de las herramientas **más eficaces para revitalizarla y que gane en juventud** es empujarla a trabajar a mejor ritmo. Este es el objetivo de los tratamientos de belleza y técnicas de medicina estética que hemos probado.

Escribe: ANA SOTILLOS

**h**idratación, renovación celular, creación de colágeno y elastina... la piel pierde su eficacia en la realización de algunas de sus tareas fundamentales y el envejecimiento acecha. La edad es el principal motivo, pero también suman el entorno y el estilo de vida: ritmo vertiginoso y factores ambientales (estrés, exceso de sol, contaminación, dieta desequilibrada).

Por la noche, durante el sueño, la piel se concentra en su función reparadora. Por eso es fundamental aplicar cremas con los activos más adecuados y que esté muy limpia para que penetren con facilidad. Son horas fundamentales, hasta el punto de que el envejecimiento de la piel está directamente relacionado con la falta de reparación. Además, ¿qué funciones podemos estimular desde el exterior? "La **descamación natural**, el proceso por el que la piel se libera de las células muertas superficiales", explica **Albina Estevez**, directora de formación de Lancôme. "Se favorece con tratamientos de acción mecánica, tipo exfoliantes que son los menos invasivos, o química, como los **peelings**, con los que también se estimulan procesos internos, como las arrugas y discromias. Podemos mejorar la funcionalidad y estructura del fibroblasto, tipo celular esencial tanto para la estructura de la piel como por su

misión en la síntesis de elastina y colágeno; y también el ritmo propio de la piel. Puede ser por vía tópica, si las cremas estén formuladas con los activos adecuados". "Está demostrado el efecto renovador de las cremas con retinol, en cambio las de ácido hialurónico no tienen un efecto tan visible", explica la doctora **Paloma Borregón**, dermatóloga. "La protección solar también ayuda porque mejora la capacidad de reparación de la piel. Las células al sol mutan, pero se reparan. Y también las cremas con fotoliasa: reversionan el daño en el DNA, este ingrediente lo incorporan las cremas solares para pieles con cáncer y queratosis actínicas".

¿Son más eficaces los tratamientos estéticos y los procedimientos de medicina estética? "Bien prescritos pueden tener un espectro de eficacia más amplio", reconoce Estevez, "aunque la utilización conjunta de cremas y tratamientos estéticos muchas veces es lo más eficaz".

### UN EMPUJÓN PARA LA PIEL

"Ponerla a trabajar es mi objetivo desde el momento en que tengo una piel en mis manos", explica la esteticista **Diana Montoya** ([dianamontoya.com](http://dianamontoya.com)). "Por eso es fundamental un buen diagnóstico: tipo de piel, principio activo a usar, aparatología y tipo de masaje manual. La piel recibirá una buena activación por medio de "agresiones controladas" ya sean *pe-*

*elings* químicos, radiofrecuencias, ultrasonidos, masajes activos o suaves que la estimularán para poner a trabajar a los fibroblastos, activar la producción de colágeno, los mecanismos de defensa, conseguir un buen drenaje para eliminar líquidos y toxinas acumuladas, una buena circulación y permitir que se oxigene, lo que la hará más receptiva a los tratamientos estéticos". "Se puede ayudar a que la piel recupere sus funciones fisiológicas: hidratación, elasticidad, tono, frescura, grosor, vascularización... todas estas propiedades que tiene intactas una piel joven", dice **Elvira Ródenas**, médico estético. "La mayoría de los procedimientos estimulan la producción de colágeno, que sustenta la piel y contribuye a mantener su grosor, elasticidad e hidratación. Ultrasonidos, radiofrecuencia... técnicas que no pueden devolverle el aspecto de los 20, pero como hacen que el colágeno se reactive, se nota. Según la edad hay terapias locales, que actúan en la zona a mejorar; o las que actúan en el interior, que ayudan a que la piel se restaure por sí sola y esté más vascularizada y oxigenada".

### TÉCNICAS QUE LA REACTIVAN

"El momento de actuar es cuando empieces a notar falta de volumen en el rostro. Es el primer signo de que algo está entrando en declive", dice Elvira Ródenas. "Hay aparatología para introducir nutrientes en la piel sin pinchar (electroporación, ultrasonidos), lo que en las pieles jóvenes es suficiente. "Cada técnica aporta una función distinta. Se eligen depende para qué, no todo es ideal para todo el mundo, lo mejor es combinarlas, aunque lo fundamental para la piel es hidratar bien y proteger del sol", dice la doctora Borregón.

#### Radiofrecuencia

"Hay que estimular la producción de colágeno, y para eso va muy bien la radiofrecuencia, que mejora la vascularización y el recambio celular de la piel", opina Elvira Ródenas. "Es muy buena si tienes la piel apagada, el ácido hialurónico capta agua y al estar más hidratada, la piel se ve más luminosa", explica la doctora Borregón.

#### Mesoterapia

Es frecuente la mesoterapia, inyecciones de vitaminas y ácido hialurónico (componente esencial de la piel, responsable de su hidratación y que con el tiempo se sintetiza en menor cantidad y con menos eficacia) que



Foto: ANTONIO TERRON

TELVA 215

▶ activan la producción de colágeno y fibras elásticas, y potencia los mecanismos de hidratación de la piel. "El ácido hialurónico mejora la piel en grosor, hidratación y tono", dice Borregón. "Mi tratamiento favorito consiste en una mezcla prodigiosa de hialurónicos que consiguen restaurar la elasticidad y la hidratación de la piel al tiempo, con unos resultados espléndidos en arrugas y disminución de grosor", añade la doctora Ródenas. "Realizamos dos sesiones separadas un mes y en zonas más difíciles de cuello, escote, mejillas, arrugas del labio superior, cara interior de los brazos, encima del codo".

### Mini carboxiterapias

Para mejorar la vascularización y la oxigenación, son eficaces la mini carboxiterapias, porque con nuevas técnicas de mini-dosis muy superficiales totalmente indoloras, conseguimos en zonas como las ojeras y el cuello unas mejoras estupendas, con algo sencillo y de precio asequible.

### Láseres fraccionados

Penetran en la piel en forma de columnas, produciendo daños sólo en zonas concretas, que quedan con piel sana alrededor, lo que facilita la recuperación de la misma. Mejoran las imperfecciones y suavizan las manchas. "Es otra de las terapias que mejor restaura la piel", dice Elvira Ródenas. "Activan las capas profundas de la piel, mientras que en los peelings se activan las capas superficiales. Los estudios realizados con el láser avalan los buenos resultados, al mes tienes una piel renovada. Yo lo uso mucho para las cicatrices, en cambio la radiofrecuencia la tengo pero no la uso, a fin de cuentas es el mismo resultado que un láser fraccionado", explica la doctora Borregón.

### Hilos tensores

"El hilo genera un vector fibroso que tira de la piel hacia arriba", dice la doctora Borregón. "Estimulan la producción de colágeno. Han estado muy de moda y lo siguen estando porque son muy efectivos en las primeras etapas de la flacidez y para reactivar pieles envejecidas de forma contundente", explica la doctora Ródenas. "Los de última generación (*double screw*, tornados, y de policarbolactona, con mayor duración de sus efectos y más estimulación de colágeno), nos dan todavía más juego a la hora de reestructurar la piel".

### Luz led roja

Induce reacciones celulares en la dermis profunda que mejoran la firmeza y luminosidad.

### Bioestimulación con plasma rico en plaquetas

Se inyecta sangre propia tras extraerla de otra zona, centrifugarla y depurarla para obtener un plasma muy rico en factores de crecimiento, que regeneran los tejidos y aumenta la producción de colágeno.

"Con una combinación adecuada para la edad, el estado de la piel, y sus características podremos lucir siempre una piel jugosa, fresca y joven. Pero para esto es imprescindible un buen diagnóstico y determinante evaluar con la persona que causas están alterando su piel, hacer una historia detallada de sus costumbres, hábitos, para corregirlos y un protocolo individualizado, para cada persona. Hay infinidad de herramientas y el éxito consiste en adecuarlas a cada caso", dice la doctora Ródenas. ¿Lo más agresivo? "son los láseres ablativos (*resurfacing*) porque levantan la piel hasta muy profundo. Los resultados son muy buenos, pero a costa de mucha incomodidad y agresión en la piel", añade la doctora Borregón. **T**

## 4 TRATAMIENTOS NUEVOS

**Pedimos cita en el centro de estética.**

### ANTI EDAD NESCEENS

Se realiza con esta marca de cosmecéuticos, para reprogramar los mecanismos biológicos de la piel, alterados por el tiempo y el entorno. **En qué consiste:** se realiza una limpieza en profundidad a la que se añade un tónico con ácido salicílico. A continuación un *peeling* para eliminar impurezas, mediante un producto que actúa tanto a diferentes niveles. Se aplica una mascarilla con brocha que, gracias a sus 17 ingredientes, ayuda a la regeneración de la capa de lípidos y asegura un equilibrio hidro-lipídico óptimo. El masaje Nescens favorece la circulación sanguínea, y estimula la producción de colágeno y elastina. A continuación, se aplica un sérum rehidratante y gel en el contorno de ojos, con activos de alta tecnología, que ayudan a estimular la síntesis de soporte de las glicoproteínas.

**Precio:** 160 €, 90 minutos.

**Dónde:** Felicidad Carrera. [www.felicidadcarrera.com](http://www.felicidadcarrera.com)

### PEELING DESPIGMENTANTE EN 4 FASES

Antioxidante y despigmentante, activa la oxigenación celular, incluso en las pieles muy apagadas, aclara manchas, ilumina y reduce las marcas de acné.

**En qué consiste:** se realiza una limpieza profunda de la piel del rostro, cuello y escote, a continuación exfoliación y sobre la piel limpia se aplica un *peeling* de ácido glicólico, que se deja actuar durante 10 minutos. Se aplica un activo aclarante y, a continuación una mascarilla despigmentante de alginatos, que se deja actuar al menos 15 minutos, y se retira de una pieza. Se aplica fluido reafirmante con vitamina C y crema multi vitaminas.

**Precio:** 125 €, 75 minutos.

**Dónde:** Centro Oxigen. [www.oxigenbelleza.com](http://www.oxigenbelleza.com)

### HYDRAFACIAL

Presume de ser el nº 1 en faciales no invasivos en Estados Unidos, al que se apuntan *celebrities*, como Eva Mendes, Beyoncé, Kate Winslet...

**En qué consiste:** realiza una Hidradermabrasión, mediante un procedimiento que combina limpieza, extracción, hidratación intensiva, tratamiento antienvjecimiento global y protección anti-radicales libres. Se llevan a cabo 3 pasos por medio de dos tecnologías patentadas:

- Limpieza+peeling, con un complejo a base de ácido glicólico y salicílico, a diferentes concentraciones.
- Extracción e hidratación, con un sustancias exfoliantes y anti-inflamatorias, que se realiza mediante una tecnología de succión indolora.
- Fusión + protección. Con un complejo de multipéptidos y ácido hialurónico. Se puede añadir un *booster* (antiedad, antimanchas o iluminador) para un tratamiento personalizado.

**Precio:** entre 150 y 180 €.

**Dónde:** Clínica Dermatológica Internacional, Instituto Maribel Yébenes, Clínica Lemed.

### NO MAKE UP, LPG

Su objetivo es mejorar la apariencia de la piel hasta el punto que no necesitar el maquillaje. Cuatro sesiones, separadas semanalmente:

- 1º: *Peeling* con ácido glicólico y aplicación del rodillo LPG (masaje de succión). Alisa arrugas y líneas de expresión, hidrata y redensifica.
- 2º: Detox. Se realiza el masaje remonte con efecto *lifting* para reactivar la microcirculación y eliminar toxinas. Efecto piel fresca y descansada, reduce arrugas, descongestiona bolsas, difumina las ojeras.
- 3º: Luminosidad. Multiplica la luminosidad del rostro. Exfolia la piel, dinamiza la microcirculación y potencia la luz natural. Se aplica una mascarilla de ácido hialurónico y colágeno cada semana.
- 4º: Ojos y labios. Atenúa los signos de cansancio, levanta los párpados, eleva las cejas, descongestiona las bolsas, difumina las ojeras, alisa las patas de gallo; y los labios, sin arrugas en su contorno.

**Precio:** 600 €

**Dónde:** Centro Carmen Navarro ([carmennavarro.com](http://carmennavarro.com)).