



AR

LA REVISTA DE
ANA ROSA
QUINTANA

12
LOOKS
DE BODA
PARA SER LA
INVITADA
WOW!

SIN MIEDO
A LA
PRIMERA
CITA
POR MEGAN
MAXWELL

MUJERES
IMPARABLES
MARIBEL
VERDÚ
JANE
BIRKIN
NIEVES
ÁLVAREZ

¡Hola primavera!

EL MAQUILLAJE
APUESTA POR EL COLOR
PARA SACAR
LO MEJOR DE TI



Nº186 ABRIL 2017
2,70 € / CANARIAS 2,85 €



AR BELLEZA



PLAN EXPRÉS

PARA LA BODA DE TU MEJOR AMIGA

¿Empieza la cuenta atrás y no te puedes permitir un retiro beauty para estar radiante porque apenas faltan horas para el evento? No te preocupes: hay soluciones compatibles con tu frenético ritmo de vida que te dejarán como nueva. ¿Preparada para triunfar?

Texto: ISABEL SALINAS



Dominar la melena, mostrar una piel bronceada (o que lo parezca), lograr un maquillaje a prueba de sentimentalismos... son detalles que hay que tener en cuenta en el momento de prepararte para una boda. Llegados a este punto, nos ponemos en tu piel y resolvemos los grandes dilemas de última hora. Toma nota, que hay mucho que hacer.

¡Horror!... Me siento hinchada

Después de llevar horas sentada en la oficina, lo más normal es que tu volumen esté pidiendo a gritos un efecto drenante. Leticia Carrera, directora del Centro Felicidad Carrera recomienda, para ver resultados inmediatos, recurrir a *Linfopress Evolution Pro* de Termosalud (67 €/sesión), un método de compresión intermitente con prendas neumáticas para estimular el sistema circulatorio y linfático. De esta manera se elimina el exceso de fluidos intersticiales y la sensación de piernas cansadas, mientras se reduce la hinchazón y se eliminan líquidos. ¿Su punto fuerte? Es indoloro: nada más acabar, podrás subirte a tus tacones sin sentir molestias.

Otra opción es la propuesta de Gema Cabañero: el doble drenaje detox (manual + iónico) con MDL e hidrolinfa (desde 89 €/sesión). Este tratamiento consiste en combinar un masaje que moviliza las grasas, con una tecnología que genera un campo electromagnético e ioniza el agua donde se sumergen los pies. Las toxinas son atraídas y expulsadas mientras tú solo sientes un leve cosquilleo.

UN TRUCO. Los zumos detox. En Drink6 te ofrecen un programa de un solo día. Consiste en tomar seis cócteles naturales y frescos para minimizar las toxinas del organismo y sentirte más ligera. Echa un vistazo a su web antes de decidirte.

Medias sí, medias no

En este punto se produce un choque de intereses: sabes que lo de llevar medias es cosa del pasado, pero también eres consciente de que tu piel, tras permanecer oculta durante el invierno, no está en su mejor momento. Siempre puedes utilizar autobronceador en casa, teniendo en cuenta que requiere de una preparación (exfoliación), cierta maña durante la aplicación y unos minutos de relajación hasta que se absorba (que probablemente tus hijos no estén dispuestos a regalarte). La alternativa es utilizar fórmulas corporales que, además

de hidratar y nutrir, contengan partículas luminosas que camuflen imperfecciones como venitas, estrías o la piel de naranja.

Tienes varias opciones, pero de la que todo el mundo habla es *Pretty Peaushun* (49 €, ikonsgallery.com). De hecho, celebrities como Anne Hathaway o Gwyneth Paltrow la utilizan antes de cualquier evento. Si te gustan los productos oleosos de tacto seco puedes probar *Photoshop Oil* de Ami Iyök (49 €). Otra alternativa es la clásica *Crème de Corps* de Kiehl's (30,50 €), que aporta un matiz luminoso a la piel.

UN TRUCO. Seguramente sea el primer día del año que enseñas los pies. Si no te ha dado tiempo a pedir cita para hacerte la pedicura, recuerda que los gadgets domésticos liman durezas en tiempo récord. Nos encanta *Pedisilk* de Clenosan (29,99 €).

¿Y mi escote?

Si toda la atención de tu look se centra en el escote y te das cuenta de que su piel está apagada y cetrina, pon manos a la obra. Desde el Centro de Estética Lostao te proponen su *tratamiento tensor de senos* (95 €). Limpia la piel de cuello, escote y senos a través de movimientos circulares con el fin de activar la zona antes de extender un tónico.

Después, utilizan un peeling de azúcar y un renovador celular que hace que la piel se muestre más receptiva antes de aplicar la radiofrecuencia. Esta tecnología oxigena las células y potencia la producción de colágeno y elastina. Tras un masaje manual se extiende una mascarilla y se termina con una crema específica. En solo una hora notarás la zona revitalizada. Otra opción *last minute* es crear tu propio ritual en casa con una mascarilla específica. Nos encanta *Bio Enzyme Mask Escote* de Talika (9,95 €/ud.), fabricada con biocelulosa e impregnada en ácido hialurónico, colágeno, aloe vera y vitaminas. Hidrata y reafirma la piel con efecto lifting. El resultado se mantiene durante horas.

Photoshop para el rostro

En la vida real no es posible esconderse tras un filtro como en las redes sociales, pero hay alternativas para verte favorecida al natural. El doctor José Manuel Miralles, del Centro Miralles Dermatología, propone el equipo de radiofrecuencia *Pelleve* (100 €/sesión), de resultados inmediatos. Sus ventajas: se puede aplicar en zonas delicadas como el contorno de ojos y, puesto →

Contouring corporal

¿Te gustaría ver tu pecho más voluminoso? Juega con las luces y las sombras. Para evitar efectos indeseados (ha sido muy comentada en más de un photocall la diferencia de color por el exceso de maquillaje del escote de Kylie Jenner), utiliza solo iluminador en esternón y clavículas y difumina.



AR BELLEZA

que llega a las capas más profundas, el efecto se prolonga en el tiempo. Notarás el cutis terso, jugoso y con las líneas de expresión difuminadas. **cynosure.es**

Otra opción es la alternativa que plantean los expertos de Tacha Beauty. Su *Tacha Signature Face* empieza con una suave microdermoabrasión sobre la piel limpia (retira las células muertas y unifica el tono) antes de aplicar un láser de fotorrejuvenecimiento que tonifica, cierra los poros y estimula las fibras de colágeno y elastina. El tercer paso es usar la tecnología *Flash Touch* que, gracias a la luz de emisión electromagnética, reafirma y mejora la textura. Más tarde se realiza un suave peeling químico antes de regenerar e hidratar la piel con una mascarilla de ácido hialurónico y oxígeno. El tratamiento viene acompañado de siete elixires personalizados que consiguen alargar los efectos si los usas en las siete noches posteriores (300 €/sesión).

Efecto flash, sí o sí

Hay muchas opciones en el mercado de efecto inmediato, como *Germinal Doble Efecto Flash* (19,91 €/5 ud.), que muestran la piel más firme, iluminan y borran el cansancio en tiempo récord. Además, hidratan y convierten el cutis en el lienzo perfecto para un maquillaje duradero, de hasta 12 horas.

Las ampollas *Flash* de Be+ (12,48 €/5 ud.) son ideales para pieles sensibles. Su cóctel de hidratante ácido hialurónico y antioxidante vitamina C se completa con un activo que potencia la energía de las células. Úsala tras tu tratamiento habitual y antes del maquillaje para camuflar el cansancio de la piel.

Otra opción es *Flavo-C Ultraglican* de Isdin (38,50 €/30 ud.). Es un tratamiento de uso diario, pero la experiencia demuestra que también tienen un efecto flash gracias a su concentrado de vitamina C y proteoglicanos. Aplica media ampolla tras la limpieza en rostro y escote con movimientos circulares. Deja que se absorba y retira los restos con un algodón antes de utilizar tu maquillaje. **UN TRUCO.** La actriz Kate Hudson ha asegurado que para revitalizar su cutis antes de una alfombra roja lo sumerge en agua con hielo. ¿Lo mejor? Revitaliza el rostro a coste 0. Importante: es solo para valientes.

Con buenos ojos

Atrás quedaron los días de aliarte con unas rodajas de pepino o bolsitas de té (aunque te pueden sacar de un apuro) porque ya puedes echar mano a tratamientos de última tecnología sin salir de casa. ¿Un ejemplo? Optar

por unos parches con iontoforesis, una técnica que a través de microcorrientes consigue mejorar la penetración de los activos cosméticos. Como *Ionto-Patch Ojos* de Martiderm (57,35 €), que actúan durante veinte minutos hidratando y rellenando las arrugas del contorno de ojos. Otra opción son los parches en gel, que ya se han vuelto habituales en las rutinas de belleza. Su eficacia responde a que ejercen un efecto oclusivo sobre la piel, lo que permite que la alta concentración de activos penetre mejor des congestionando e hidratando. Nos encanta *Hydrogel Eye Patch* de María D'Uol (39,95 €/7 parches dobles) y *Optim-Eyes Patch* de Filorga (39,90 €/8 parches).

¿Otro de los gestos más sencillos para abrir tu mirada? Lucir unas buenas pestañas. En centros como Mara Amandi Madrid te ofrecen la posibilidad de usar extensiones basándose en un estudio completo de la arquitectura de tus ojos.

Los rulos más divertidos

¿Tus stylers han decidido dejar de funcionar? Para lucir esas ansiadas ondas, Lady Gaga o las gemelas Olsen nos dicen cómo: se pone espuma sobre el pelo húmedo y se divide en mechones. Enrolla cada uno en una lata de refresco vacía (¡sí! has leído bien) y fíjalo con horquillas y secador.

Una sonrisa 10

Pocas cosas hay más difíciles de conseguir que unos dientes de anuncio en tiempo récord... pero nada es imposible. En el Instituto Profesor Sada proponen el tratamiento *Flash Smile*. Es una limpieza con ultrasónicos que trabaja pieza por pieza, retirando desde las manchas más superficiales hasta las que aparecen entre los dientes. El segundo paso es un contorneado estético indoloro que actúa sobre el borde de los dientes anteriores para dar armonía al conjunto de tu sonrisa.

Por último, se puede llegar a conseguir blanquear un par de tonos nuestro esmalte gracias a un sistema de peróxido de hidrógeno indoloro que no daña la superficie de tu dentadura.

Ayuda profesional al pelo

Da igual el problema que tengas porque siempre hay una solución. ¿Notas el cabello seco, apagado y pobre? Entonces prueba un tratamiento de hidratación. En Alma Luzón realizan *Biotechnology* (30 €). Se trata de un cóctel que hidrata, nutre y aporta volumen en tan solo media hora. Es un proceso sencillo: tras lavar el cabello con un champú alcalino (abre la cutícula para poder absorber los activos), se aplica una fórmula con cinco colágenos y más de setenta queratinas específicas. Después se realiza un masaje craneal y se deja reposar el concentrado con calor durante 15 minutos. Por último se aclara y te peinan a tu elección.

UN TRUCO. Si lucas un recogido pulido (como moño de bailarina) es posible que se te queden algunos peli-



tos sueltos. ¿La solución? Rocía las cerdas de un cepillo de dientes nuevo con laca y presiónalas sobre esos mechones rebeldes. Se fijarán al instante.

Si no te da tiempo a ir a la peluquería, te interesa saber que existen en el mercado concentrados que nutren e hidratan el cabello en solo un minuto. Basta con aplicarlos como una mascarilla habitual para notar tu melena como nueva. Nos gustan especialmente las *Ampollas Rescate 1 Minuto* de Pantene (5,49 €/5 ud.).

Cuando lo que quieres es revitalizar la coloración de tu melena, que ha perdido fuerza y brillo, debes buscar un concentrado cargado de aminoácidos, proteínas y pigmentos que hidrate, aporte queratina y, por supuesto, color. Solo hay que aplicarla sobre el cabello limpio y húmedo, mechón a mechón, masajeando para que penetre debidamente. Déjalo actuar durante 15 o 20 minutos, lávalo, acláralo y ¡color renovado! Echa un vistazo a los tonos que propone *La Mota Color & Cream* de La Mota (29 €).

Además, recuerda que los accesorios son tus amigos. Si no eres muy mañosa con las herramientas de *styling*, lo mejor es que camufles el resultado de tu obra de arte capilar tras una pamelita o un *canotier*.

Aunque tu recogido no esté perfecto, nadie lo verá hasta después de la comida. Puedes echar un vistazo a los diseños de La Cherubina y la ilustradora Lucía Be. Te conquistarán.

Aprovecha mientras duermes

Cuando eres consciente de que la mañana del día señalado va a ser como una gymcana, tienes la opción de moldear tu cabello mientras descansas. Solo necesitas lavarlo, secarlo a conciencia y utilizar unos rulos blandos especiales que no se 'clavan'. Póntelos antes de meterte en la cama y, gracias a su medida idónea, bastará con retirarlos al amanecer para verte peinada. Busca los *Overnight Rollers* de Beter (6,50 €).

¿Tienes el sueño ligero y crees que los rulos blandos no te van a dejar conciliarlo? Los expertos de Aussie recomiendan que, una vez tengas el pelo limpio y seco, le applies un texturizador, como *Miracle Beach Waves* de Aussie (6,99 €) y te hagas un moño alto. Retira la goma por la mañana y tendrás la base perfecta para lucir ese recogido sencillo.

UN TRUCO. Las sábanas de seda reducen el encrespamiento. Aunque no lo creas, su tacto suave te ayudará a que las cutículas del cabello no se ericen. ●