

TELVA

belleza

TELVA BELLEZA PRIMAVERA / VERANO 2020 SE ENTREGA CONJUNTAMENTE
CON EL NÚMERO DE TELVA DE FEBRERO. VENTA INDEPENDIENTE POR 3 €

Revolución
en el
maquillaje

UN TOQUE DE valentía

DIARIO
10 días de ayuno
bajo control médico

Cómo conseguir
UN CUERPAZO
con máquinas

LO ÚLTIMO
Entrenar
la energía



Así es tu piel, así envejece

SI TE PREGUNTAN CÓMO ES TU PIEL SEGURO QUE RESPONDES MIXTA, GRASA, SENSIBLE... PERO, ¿SABÍAS QUE SU DENSIDAD INFLUYE EN CÓMO LA TENDRÁS DE MAYOR? ANALIZAMOS SU GROSOR COMO SI LA OBSERVÁSEMOS DESDE UN MICROSCOPIO Y TE DECIMOS CÓMO CUIDARLA.

Escribe: LUCÍA HEREDERO Fotos: ANTONIO TERRÓN Realiza: GABRIELLA NAEVE.

Qué determina que una piel sea gruesa o fina? Sin duda, la genética. Sin embargo, sabemos que con el paso de los años la piel puede cambiar, tanto por factores externos (el clima, la contaminación...) como internos (alimentación, uso de cosmética...) y modificar su densidad. Te explicamos cómo cuidarla según su grosor.

Piel fina

MÁS LUMINOSA, MÁS ARRUGAS

Es una epidermis delicada y rosada que tiende a arrugarse con facilidad a medida que pasan los años si no se cuida desde la adolescencia. El dermatólogo José María Ricart señala que a esta piel "le cuesta retener la humedad, tiende a la sequedad y muestra rojeces ante cualquier alteración climatológica. Su tendencia es generar arrugas de forma más inminente que las pieles más gruesas, ya que la ausencia de sebo provoca que pierda firmeza", continúa. "Sus poros están cerrados y no suele presentar signos de acné, pero puede ser propensa a la deshidratación y la sequedad. Por eso, necesita utilizar cosmética nutritiva durante la noche", nos explica

la doctora Graziella Moraes, médico estético y directora del centro que lleva su nombre en Vigo.

Ventajas

El maquillaje aguanta muy bien en este tipo de pieles confiriéndole una especie de halo que disimula todas imperfecciones que pueda tener (manchas, arrugas, signos de cansancio). Son pieles muy agradecidas a los tratamientos en cabina. La doctora Pilar de Frutos, cirujana plástica y médico estético, nos explica que "ante una intervención quirúrgica, las pieles finas tienden a cicatrizar mejor (las pieles más gruesas tienen tendencia a producir cicatrices más notorias o abultadas por exceso de producción de colágeno). En una intervención de párpados, blefaroplastia (por ejemplo), las cicatrices suelen ser imperceptibles".

¿Cómo envejece?

"La piel fina necesita principios activos que preserven su hidratación natural, como el colágeno (suele tener poco) y el ácido hialurónico. Las vitaminas A y C le ayudarán a regenerar y prevenir el envejecimiento. Además, son pieles más sensibles que se irritan cuando la barrera natural está deteriorada, con la subsiguiente pérdida de agua y aumento de la desnutrición. Por ello, las pieles reactivas y sensibles deben tratarse con activos que las calmen, hidratan, nutran, eviten su sequedad y las protejan de las agresiones medioambientales", explica el doctor Ricart.

¿Qué le afecta?

El frío en exceso (la deshidrata), el sol (se quema con facilidad) y los productos muy reactivos o con muchos componentes (porque suelen tener tendencia a la irritación). Pobre en lípidos, la sequedad es su caballo de batalla y le afectan mucho los cambios de temperatura.

Sus tratamientos

La doctora Carmen Lorente (directora médica en The Beauty Concept), nos explica que estas pieles necesitan que se les aporte densidad y pulposidad, así que los masajes faciales son importantísimos. "Además, es necesaria una protección antioxidante en rostro, cuello y escote invierno y verano".

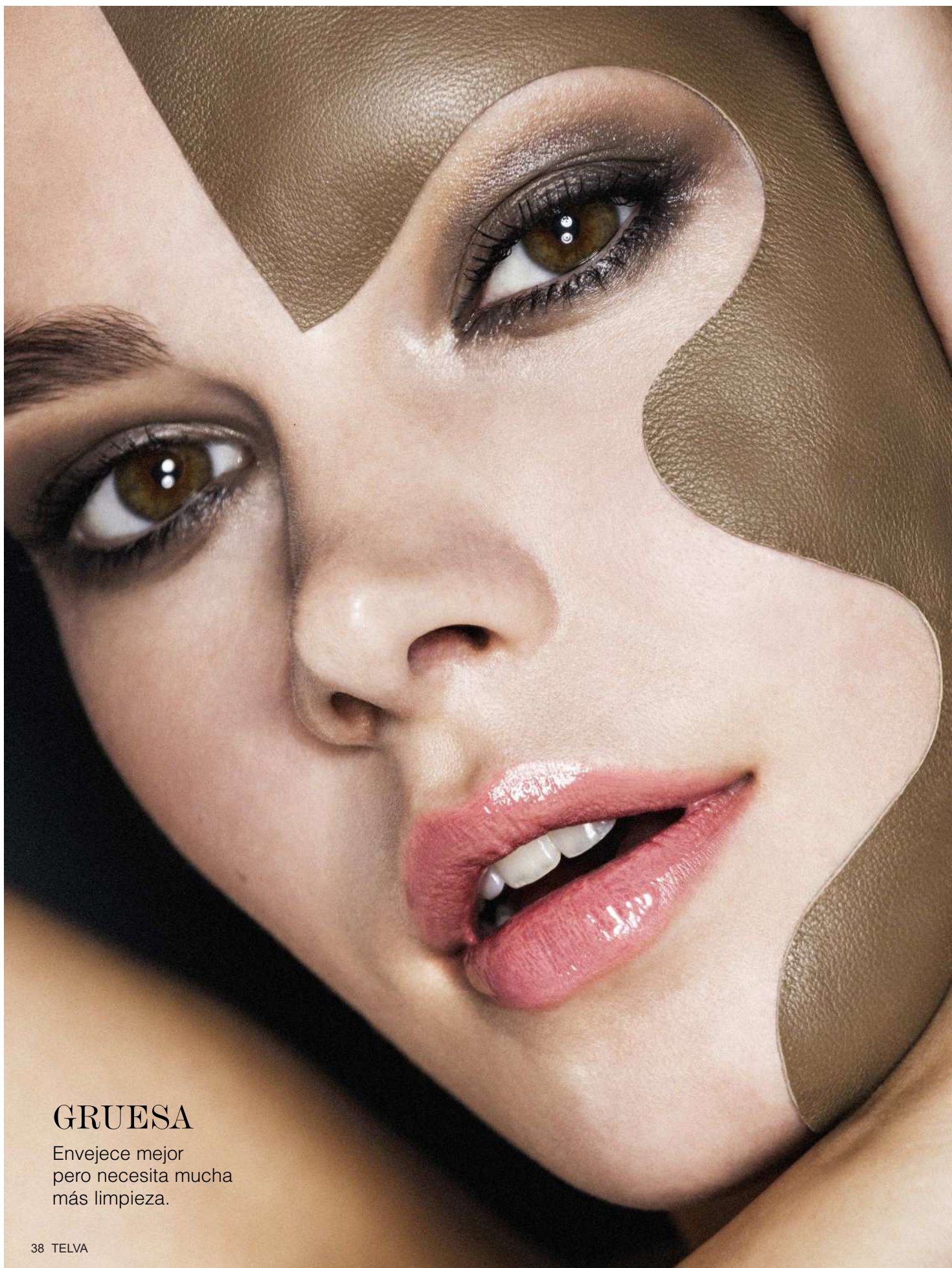
• **Endermologie Anti-edad Renovador LPG.** Consigue un cutis sin imperfecciones, más firme, elástico y redensificado con una máquina cero invasiva. El cabezal LPG realiza una doble estimulación: horizontal, con pulsaciones controladas, y vertical, mediante una succión secuencial. Esto supone una sesión de *fitness* intenso para los fibroblastos que, como respuesta empiezan a producir colágeno (+23%), elastina (+46%) y ácido hialurónico (+80%). En centros Carmen Navarro (Madrid y Sevilla). Tel.: 91 445 52 56. 100 .

• **Microinyecciones de ácido hialurónico.** Para estimular los procesos



FINA

Necesitan más
colágeno, más ácido
hialurónico y más
Vitamina A y C.



GRUESA

Envejece mejor
pero necesita mucha
más limpieza.

biológicos y aumentar la densidad de la piel. La doctora Irene Cruz, del Instituto Javier de Benito, recomienda ácido hialurónico de alto peso molecular no reticulado. Instituto Javier de Benito. Barcelona. Tel.: 93 253 02 82. Centros Tacha. Madrid. Tel.: 91 561 24 33.

• **Tratamiento Polisoft.** Primero se realiza una doble limpieza sin alterar el film hidrolipídico de la piel, después se aplica un exfoliante suave a base de glucolactona (sustancia que se encuentra naturalmente en la piel y que acelera los procesos de renovación celular) y ácido lactobiónico (sustancia muy hidratante capaz de atraer moléculas de agua). Este tratamiento es ideal en pieles finas y delicadas ya que tiene propiedades antioxidantes, regenerantes e hidratantes. Centro Graziella Amoraes. Vigo. Tel.: 98 695 25 97. 95 .

• **Mediterranean Renewal Facial.** Protocolo ideado por Paz Torralba, directora TBC, y Miriam Quevedo con sus productos de la línea *The Glacial White Caviar*. Esta técnica logra un rejuvenecimiento global que mejora la estructura dérmica, aumenta la elasticidad y define el óvalo facial. The Beauty Concept. Madrid. Tel.: 91 466 91 87.180 .

Piel gruesa

MENOS ARRUGAS, MÁS FLACIDEZ

Este tipo de pieles pesa mucho y, ello trae consigo flacidez. No tendrá arru-

gas alrededor de los ojos o en la frente, pero su envejecimiento se manifiesta en forma de descologamiento (mofletes que se caen, surco nasogeniano marcado o reborde mandibular desdibujado).

Ventajas

La piel gruesa tiene notables beneficios; su estrato córneo actúa como un escudo antienvjecimiento. De este modo, no le salen arrugas hasta bien entrada la madurez porque las múltiples gesticulaciones a las que sometemos el rostro a lo largo del día, no son capaces de romper la piel.

¿Qué les afecta?

Sobre todo la falta de limpieza, el no desmaquillarse a diario, los fondos de maquillajes muy cubrientes que penetran en sus poros abiertos y los obstruyen o, incluso, no usar fondo y aplicar los polvos de sol o el colorete encima de la tez sin una primera base que haga de barrera. También suelen ser proclives a los brillos y sufren con el calor, la contaminación o el tabaco.

Más grasa

La mayoría de las pieles que han sido grasas en su juventud, lo serán también en su edad adulta, aunque, de diferente manera. Las glándulas sebáceas y granitos que proliferan en la adolescencia, dan paso a unos poros más abiertos y una tez irregular pasados los años. Y es que las pieles gruesas suelen ser grasas en su conjunto o en zonas concretas (nariz, barbilla y mejillas), sus poros se pre-

sentan dilatados a la vista y, a veces, su color es cetrino o amarillento.

Sus tratamientos

Uno o dos días a la semana, necesita una exfoliación o un *peeling* en casa.

• **Masaje de remonte.** La esteticista Silvia Olite ha creado en su centro barcelonés un tipo de masaje manual que trabaja de forma ascendente cada rincón de tu rostro. Con firmes tecleteos consigue encajar pómulos y mandíbulas caídas. Es ideal en rostro con piel flácida y cetrina. Centro Blauceldona. Barcelona. Tel.: 93 453 38 13.

• **JetPeel:** Con este *peeling* mecánico se mezcla ácido glicólico al 10% o 16% con aire puro a 200 bares por segundo (casi tecnología aeronáutica). Clínica Dermalógica Internacional. Madrid. Tel. 91 444 97 97. 150 .

• **Láser de Diodo fraxelado.** Con este láser de última generación, se van levantando las capas de la piel poco a poco para afinar los poros hasta llegar a un estrato córneo más cerrado y firme. Siempre sin pasarse y controlado por un dermatólogo o médico estético (estamos hablando de un láser médico). Centro To By Aguilar Delgado. Madrid. Tel.: 91 310 52 83. **T**

Maquillaje y peluquería: Gato (Kasteel Artist Management) para Maybelline New York. Manu Fernández (Cool) para Moroccanoil.

A TU MEDIDA



FINA

1. Suero Y l'Or de Vie, DIOR. (612 € de venta en El Corte Inglés).
2. Germinal Acción Profunda Antioxidante día, GERMINAL (44,49 € 30 ampollas).
3. High Density Lift redensificante, NATURA BISSÉ (225 €).
4. Secret d'Excellence, GALÉNIC (99,40 €).

GRUESA

1. Advanced Night Repair Intense Reset Concentrate, ESTÉE LAUDER (98 €).
2. Blue-Therapy Cream In Oil, BIODERM (76,50 €).
3. Nutri Lumière Jour, CLARINS (130 €).
4. Suprême Jeunesse Cou & Décolleté, PAYOT (76,50 €).

