

4,99€ (SPAIN ONLY)

# marie claire

www.marie-claire.es

## BELLEZA

El pelo corto perfecto

Detox facial

## MODA

El último básico:  
la comodidad

60 ideas  
para regalar

## MAGAZINE

Las más bellas  
cartas de amor  
jamás escritas

# GANAS DE LANZARSE

AL AMOR, A LA MODA, AL ARTE, A LA VIDA



00413  
416237-000320  
CANARIAS 5,14€

## NI RASTRO DE ACNÉ

TAN MOLESTAS COMO LOS PROPIOS GRANITOS QUE LAS PRECEDIERON, LAS SECUELAS DE ACNÉ TIENEN, POR SUERTE, MUCHAS Y MUY VARIADAS SOLUCIONES.

por **Magdalena Fraj**

<p><b>MARCAS</b></p> <p>Necesitas mejorar la textura de la piel</p> <p>¿Tienes cicatrices muy profundas?</p> <p>Si, y de diferentes tipos... Láser CO<sub>2</sub>, con la dra. Cristina Eguren (<a href="http://www.dermatologia-yesteticaeguren.es">www.dermatologia-yesteticaeguren.es</a>)</p> <p>No, son bastante superficiales Antiedad Renova-teur, de LPG (<a href="http://www.endermologie.com">www.endermologie.com</a>)</p>	<p><b>MANCHAS</b></p> <p>¡Pero si no tomo el sol!</p> <p>¿Te atreves con un 'peeling'?</p> <p>Si, estoy dispuesta a lo que sea Peeling médico, de Virtud Estética (<a href="http://www.virtudestetica.com">www.virtudestetica.com</a>)</p> <p>¡No! Soy muy aprensiva Hollywood Peel, en Cristina Álvarez (<a href="http://www.cristinalvarez.com">www.cristinalvarez.com</a>)</p>	<p><b>PIEL DESHIDRATADA</b></p> <p>Y eso que siempre me pongo crema...</p> <p>¿Te pincharías ácido hialurónico?</p> <p>No, todavía no estoy preparada Dermopen Deluxe, de Centros Ideal (<a href="http://www.centrosideal.com">www.centrosideal.com</a>)</p> <p>Sí, sin problema Redensificación, de Teoxane (<a href="http://www.redensificacion.com">www.redensificacion.com</a>)</p>
<p>"Logra crear en la piel pequeñas perforaciones en forma de finísimas columnas, lo cual estimula de forma muy potente la producción de colágeno y elastina y, con ello, la mejoría de las marcas hundidas que pueden aparecer en el acné. Se realiza con una potente crema anestésica para que no resulte molesto y suele requerir varias sesiones, dependiendo del caso a tratar", explica la doctora.</p> <p>Primero se trabaja el cuello y el rostro con el cabezal Ergolift, con un micromotor capaz de despertar la actividad celular. Se aplica un peeling personalizado para suavizar las arrugas, las marcas y las líneas de expresión, además de reducir las manchas. A continuación, le toca el turno a la mascarilla, el sérum, el contorno de ojos y la crema. Se recomiendan entre cuatro y seis sesiones.</p>	<p>"Esta exfoliación programada debe realizarse en ciclos de cuatro a seis y dos veces al año. Cuando existen hiperpigmentaciones producidas por el acné, este recambio celular ayuda a unificar la coloración de la piel y mejorar el aspecto manchado de la misma, dándole un aspecto mucho más uniforme y liso", señala la médica estética Virtudes Ruiz. Es fundamental no exponerse al sol las 48h siguientes.</p> <p>Este tratamiento no invasivo combina el poder del carbón activo con el láser Q-switched. Renueva la piel y no deja marcas, ni precisa tiempo de recuperación. Por ello, es uno de los tratamientos favoritos de las estrellas. Trabaja la piel desde el interior, homogeneiza su textura, cierra los poros y corrige las hiperpigmentaciones cutáneas. Además, reduce las arrugas y aporta firmeza.</p>	<p>Este tratamiento a medida actúa sobre las capas cutáneas más profundas para conseguir un rostro deslumbrante, hidratado y lleno de vitalidad. Impulsa la producción de colágeno, responsable de un rostro firme y terso, y favorece la oxigenación de la piel para conseguir la máxima luminosidad e hidratación del rostro. Tranquila, ¡no duele nada!</p> <p>Se realiza mediante microinyecciones o infiltraciones en abanico entre la dermis superficial y la dermis intermedia. Teoxane cuenta con un ácido hialurónico de alto peso molecular, no reticulado, que es prácticamente igual al que genera nuestro organismo. No deja volumen ni relleno en las zonas tratadas. Se recomiendan tres sesiones, con intervalos de tres semanas.</p>

# BELLEZA

## Tratamiento

### TONIFICA Y DESHINCHA

En 1920, Nadia Payot, la creadora de la gimnasia facial, desarrolló 42 movimientos faciales a raíz de la observación de la bailarina rusa Anna Pavlova. Si un cuerpo esculpido por el ejercicio puede permanecer joven por más tiempo, ¿por qué no hacer lo mismo con el rostro? Y si quieres deshinchar y acentuar su forma, recurre al masaje Touch Face, en el centro Royal Touch ([www.royaltouchbyfernanda.com](http://www.royaltouchbyfernanda.com)). "Al estimular el correcto funcionamiento del sistema linfático, conseguirás eliminar toxinas, mejorarás la circulación y harás que la retención de líquidos disminuya", explica Fernanda Silva, su creadora.



1. Máscara de terapia de luz LED, de CurrentBody Skin (329 €). 2. Accesorios profesionales de masaje facial, de PAVOT (desde 9,90 €).



### CUÍDATE POR DENTRO

¿Has oído hablar de la nutricosmética? "Consiste en incluir ingredientes concretos vía oral que complementan las reservas de antioxidantes, proteínas, vitaminas y minerales para que nuestro organismo pueda responder con más eficacia a todos los posibles agentes externos que, por ejemplo, aceleran el envejecimiento de la piel. Cada vez contamos con más evidencia de que un aporte externo vía oral puede ayudar a mejorar situaciones de desequilibrio cutáneo, como las rojeces o las manchas", señala Estefanía Blanco, farmacéutica y creadora de Blanc Supplements.



1. My Glow, con propiedades antioxidantes, de Blanc Supplements (49,95 €). 2. Té orgánico a base de plantas orgánicas, frutas y verduras, con propiedades adelgazantes, de LPG (29 €). 3. Suplemento con colágeno vegano, de Ancient + Brave (44 €).