

AR

LA REVISTA DE
ANA ROSA QUINTANA

Nº199 · MAYO 2018

PASTEL
EL TONO DE
MODA
QUE FAVORECE
A TODAS

PLAN PARA
GUSTARTE MÁS
EN 4 SEMANAS

Tratamientos,
dieta y fitness

Ama tu
CUERPO

**BORIS
IZAGUIRRE**

*“Mi mamá y yo
luchamos juntos
para que nada
me venciera”*

RITA HAYWORTH
La campesina española
por **MARÍA
DUEÑAS**

3,00 € / CANARIAS 3,15 €





Ama tu cuerpo

ESPALDA SIN IMPERFECCIONES

No hay nada más frustrante que querer llevar un vestido con la espalda al aire y no poder hacerlo por vergüenza a dejar a la vista los granitos, puntos negros, marcas y cicatrices. “Las razones por las que esto se produce son básicamente dos: la piel produce demasiado sebo o grasa, y se acumulan células muertas, bacterias y suciedad durante todo el día. El resultado es un molesto acné que resulta ser más doloroso que en la cara y también más difícil de eliminar. Además, no está relacionado con la edad como el facial, ya que podemos sufrirlo en cualquier momento”, asegura la médico estético Natalia Ribé. Para solucionarlo, el tratamiento *Peeling Advanced Technology* trabaja sobre la zona con un cóctel de ácidos de última generación, como el ácido pirúvico, el mandélico y el salicílico, con la finalidad de producir una limpieza profunda, una renovación de las capas superficiales, así como tratar las marcas de acné activo y cerrar los poros. Para oxigenar y nutrir la piel, la técnica *Oxygen Therapy* insufla oxígeno puro en las capas profundas del tejido para conseguir desintoxicarlo y dejarlo ‘respirar’, además de introducir activos antioxidantes como la vitamina C o el retinol microencapsulado, colágeno marino, proteoglicanos y células madre de origen vegetal, que recuperan la tersura, elasticidad y luminosidad cutáneas. Y cuando lo que queremos minimizar son las marcas de acné, las arañas vasculares y las manchas, no queda más remedio que recurrir al láser. “*Elite MD* es un láser que tiene diferentes longitudes de onda para poder personalizar el tratamiento y ser efectivo en cualquier fototipo de piel. Elimina las marcas de acné, las manchas denominadas ‘lentigos solares’, que salen por la exposición solar, y rejuvenece la piel porque es un excelente estimulador de colágeno”, asegura la doctora Ribé.

¿CUÁNTO Y DÓNDE?

Peeling Advanced, 170 €/sesión, cuatro sesiones.
Oxygen Therapy, 150 €/sesión, de una a tres sesiones.
Elite MD, desde 250 €/sesión, de una a dos sesiones.
nataliaribe.com (Barcelona)

PECHO EN SU SITIO

El aumento de mamas es la intervención de cirugía estética más practicada en nuestro país (43 % del total de intervenciones). Y es que “el tamaño y la forma de los senos preocupa a las españolas, solo superado por el exceso de peso”, asegura la médico estético Petra Vega. Tenerlo firme y en su sitio se convierte en una proeza si no se quiere recurrir a cirugía. Por suerte hay un tratamiento no invasivo, llamado *Endermologie pecho*, que consiste en trabajar la zona con un cabezal que realiza un completo masaje mecánico, que emite pulsaciones controladas y una succión secuencial. Supone una sesión de *fitness intenso* para los fibroblastos, que como respuesta se ponen a producir ácido hialurónico, colágeno y elastina nuevos. Así mejoran la firmeza, la elasticidad y la densidad del tejido del pecho.

¿CUÁNTO Y DÓNDE?

Endermologie pecho, desde 70 €/sesión.
Puedes necesitar una media de diez sesiones.
endermologie.es (Centros en toda España)

GLÚTEOS EFECTO PUSH UP

Casi la mitad de las mujeres, ante la pregunta “¿cambiaría usted el aspecto de sus glúteos?” contestan de modo afirmativo. Exceso de grasa, celulitis y flacidez son los principales ‘peros’ que le ponen a su trasero. El protocolo combinado *Freeze + Vela Smooth* “consigue la remodelación y elevación de los glúteos desde la primera sesión. Primero se aplican sobre la zona una radiofrecuencia multipolar y unos pulsos electromagnéticos, que elevan la temperatura para disminuir el tamaño de las células grasas y mejorar la circulación. Y después se trabaja con las cuatro técnicas punteras que incorpora el equipo *Vela Smooth*: radiofrecuencia bipolar para reafirmar; luz infrarroja para destruir la grasa localizada, y *vacumterapia* para masajear la zona y mejorar la celulitis y el aspecto piel de naranja”, detalla la médico estético Pilar de Benito.

¿CUÁNTO Y DÓNDE?

Freeze + Vela Smooth, 595 €/ocho sesiones. Se recomiendan entre seis y ocho sesiones de media.
slowlifestyle.com (Madrid)