

sandalias sin

El destape veraniego llega a los pies y les exige una puesta a punto en toda regla

S esto de belleza ineludible para sacar a pasear las sandalias sin pudor, los cuidados esterales de los pies van más allá de limar callos, empujar cutículas y decorar uñas. Los nuevos protocolos de instituto han logrado elevar la pedicura a la categoría de tratamiento de bienestar integral conjugando las técnicas de podología y masaje con los ingredientes cosméticos más siburtas. ¿El objetivo? Dar a cada pie justo lo que necesita.

The Ruby Room (tel. 915 548 039, Madrid). **Nails Center** (tel. 963 370 022, Valencia). **Uñas esculpidas Olga Ucar** (tel. 943 276 437, San Sebastián). **Yolanda Aberasturi** (tel. 944 247 285, Bilbao). **The Nail Place** (tel. 952 818 636, Sevilla).

SERVICIOS COMPLETOS
Son tratamientos integrales para embellecer los pies y aportarnos un extra de relax con un extra de burbujas, peelings y envolturas. Los detalles del protocolo dependen de cada centro. Toma nota de algunas pedicuras spa: **• Únete: En Jara Sustache** (tel. 944 238 385, Bilbao). Ofrecen la Pedicura

Baleario que comienza con baño de burbujas y aceites esenciales y continúa con embellecimiento de pies, peeling y un masaje específico para aliviar las piernas cansadas. **En Odogen** (tel. 932 007 333, Barcelona) y en los salones **Cebado** (tel. info. 902 200 344) llevan a cabo la Pedicura Saunita con peeling de sales del mar Muerto, mascarilla de barro remineralizantes, agua de rosas, hidromasaje y masaje manual con aceites. Los centros **Nails Bar** (tel. 917 811 067, Madrid, Bilbao y Málaga) ponen la talasoterapia a nuestros pies en un ritual que combina baño con agua marina, peeling, hidratación de las cutículas con aceite de rosa, mascarilla y agua termal vaporizada.

CUIDADOS CASEROS



1. **En profundidad:** Mascarilla marina SpuPedicure, de Creative Nails (28 €, en inst.). 2. **En el pie:** Superfeet, exfoliante y balsamo, de Jeanne Poubert (44 €). 3. **Suaves:** Leche Hidratante, de Dr. Scholl's (8 € aprox.). 4. **Pies relajados:** Wonderfeet, de Bioterm (17 €).

MÁXIMA HIDRATACIÓN
Para aquellas con tendencia a sufrir descamación en los talones o las que acusan un uso abusivo de los tacones formando durezas en la planta y los laterales del pie, la mejor receta es solicitar una pedicura rehidratante, una fórmula que completa la sesión de embellecimiento tradicional con la aplicación de mascarillas, cremas y sueros altamente nutritivos, destinados a devolver a la piel la suavidad perdida. **• Únete: Uñas etc.** (tel. 932 017 852, Barcelona). **Hands** (tel. 914 312 477, Madrid). **Manos de seda** (tel. 914 456 400, Madrid).

MÁS SANDOS
Cuando además de embellecer hay que curar, hay que recurrir a una pedicura médico-estética, que comienza con una sesión de podología para eliminar callos, uñas incrustadas o encarnadas e incluso acabar con el grosor excesivo de las uñas mediante aparatología. A continuación un masaje relajante, mascarilla personalizada y una pedicura estética. **• Únete: America Aqua** (tel. 933 306 366, Barcelona). **Pies, manos y más** (tel. 915 912 696, Madrid). **Loida Nails** (tel. 981 122 795, La Coruña). **• L. Iriarte**

VOGUE belleza

PELO DE ESTRELLA DE ROCK EN BUSCA DEL CORTE PERFECTO

LA BELLEZA QUE TRIUNFA

ESTRATEGIAS COSMÉTICAS PARA 365 DIAS... Y SUS NOCHES

LOS PODEROSOS +274 PRODUCTOS QUE TE CAMBIAN EL CUERPO +63 TRATAMIENTOS QUE TE CAMBIAN LA VIDA

SPRINT FINAL CUERPO A PRUEBA DE BIKINI PIES A PRUEBA DE SANDALIAS PELO A PRUEBA DE PLAYA Y MUCHO MÁS

Porque todas queremos ser **Daria Werbowy** (En portada)

MANCHAS

La única solución para disimular las hiperpigmentaciones epidérmicas era, hasta hace muy poco, el camuflaje. La irrupción del láser médico y de principios activos, como el Amelán o el fenol, así como nuevas formas para vehicularlos con técnicas y aparatología que los transportan hasta el núcleo de los melanocitos —las células responsables de los desequilibrios pigmentarios que las provocan— aportan soluciones cada vez más eficaces para acabar con ellas, o al menos atenarlas hasta la impercepción.

SOLUCIONES A LA CARTA

«No todas las manchas son iguales ni tienen el mismo origen», afirma la esteticista Carmen Navarro, las hay profundas —más relacionadas con la edad y la genética—, y más superficiales —propias de los cambios hormonales y la fotosensibilidad—. Razon por la que no se deben tratar de la misma forma, ni se obtienen los mismos resultados al actuar sobre ellas. Por ello lo primero es realizar un diagnóstico preciso y personalizado. ¿Sabes de qué tipo son las tuyas?

• **• Erupciones:** Provocadas por los desequilibrios hormonales bruscos, los melasma o paños de embarazo son las más frecuentes, pero también las más fáciles de eliminar. «Un tratamiento específico en cabina, continúa Carmen Navarro, puede regular de nuevo la actividad de los melanocitos y eliminar, o al menos paliar, cualquier rastro de hiperpigmentación facial o corporal». Uno de los tratamientos más novedosos es el propuesto por Sony, que combina la acción de principios activos blanqueadores con la vacuoterapia y el masaje shiatsu, además de una mascarilla antimanchas. Los resultados se aprecian desde la cuarta sesión, aunque suelen ser necesarias entre 8 y 10. Este método no es agresivo para la piel y además de blanquearla tiene un carácter preventivo, aumentando las defensas cutáneas. Eso sí, no se puede tomar el sol directamente durante al menos 6 meses. Su precio 82 €.

• **• Pre-aging:** Entre sus secuelas, se encuentran las pequeñas cicatrices y las marcas pigmentarias «que suelen ser mucho más acusadas en las pieles oscuras» afirma la esteticista. Para erradicarlas, primero hay que tratar el problema genético y una vez que esté controlado, iniciar un tratamiento personalizado. «Los mejores resultados se obtienen combinando los principios activos blanqueadores, con la crioelectroporación, que mediante unas corrientes especiales permite que los activos penetren hasta en un 50% más que con los tratamientos habituales». Se precisan un mínimo de 8 ó 10, según sea la piel. Entre sus ventajas, que actúa

directamente sobre los melanocitos con la misma eficacia que la mesoterapia pero sin sus molestias. En su contra, que precisa una constancia en el seguimiento. El precio 82 €, sesión.

• **• Láser Q-switch:** Una gran innovación ha sido la mascarilla de Amelán. Un tratamiento médico que sólo requiere una sesión. «En la clínica, y sobre la piel limpia, se aplica una mascarilla gruesa con el principio activo, que se debe dejar sobre la epidermis durante un mínimo de 5-6 horas.

Al cabo de este tiempo, ya en casa, se retiran los restos con ayuda de agua tibia. A las pocas horas, se produce un enrojecimiento de la piel, que termina por provocar una descamación entre los 3 y 5 días siguientes, en los que hay que aplicarse una crema calmante» afirma la Dra. M^ª Teresa Gómez Sarte. Entre las ventajas, se repite y eficacia y que se puede aplicar sobre zonas puntuales; entre lo peor, que no se puede realizar en pieles sensibles o demasiado pálidas, tampoco se puede tomar el sol, ni directa ni indirectamente, durante al menos 3 meses, y después hay que usar siempre factor de protección solar elevado. Además, el enrojecimiento puede ser muy evidente e impedir los actos sociales durante unos 8-10 días. El precio, unos 300 €.

• **• Puntos azules:** Típicas de los vaivenes hormonales en las pieles casi maduras de edad. «Lo importante, opina la esteticista, es educar la piel para que el problema no se convierta con la edad en una tortura. Para lograrlo se puede combinar la cromoterapia y vacuoterapia con los aceites esenciales más indicados en cada caso». La ventaja es que se puede aplicar en áreas puntuales, como el bigote o la frente. Como inconveniente, que es de actuación lenta y se necesita regularidad en las visitas al instituto de belleza. Se necesita un mínimo de 8 sesiones. El precio es de 72 €, sesión.

• **• Protección con ácido:** Conocidas también como léntigos, «aparecen en torno a los 45-50 años y se acentúan con la menopausia. Son profundas, por lo que el tratamiento en cabina sólo consigue atenarlas, nunca suprimirlas», explica la esteticista. Para eliminarlas, es necesario realizar un resurfacing con la ayuda de un láser médico. **• Izidor Salcedo**

efectivos concentrados



1. **Extracto White Light**, de Alqurta (50,50 €, en inst.). 2. **Con-Sp4 40** Fluido Lissine Perfect White C, de Guerlain (48 €). 3. **Serum Performance Anti-taches**, de Chanel (72 €). 4. **Crema Capture Anti-taches** D-30, de Dior (74,53 €). 5. **Manchas oscuras**, Concentrado White Lucency, de Shiseido (50 €). 6. **Exfoliante Brightening Serum**, de La Prairie (176 €). 7. **Activa la tez**, Carclaire, de Oriane (95 €). 8. **Intensifica**, Iken, de Herx (47,10 €, en farmacias).

- MADRID TEL. 91914280
- SEVILLA TEL. 954719375
- MADRID TEL. 91500070
- BARCELONA TEL. 93491915
- BARCELONA TEL. 93201001
- LEBIA TEL. 9428020
- MADRID TEL. 9152420
- MADRID TEL. 914317805
- BARCELONA TEL. 902082