

# CIZENIK

INVIERNO 2006/2007

1€

**MODA**  
Del sastre a la  
minifalda

**LA NUEVA  
GUARDIA**  
Fiebre cromática  
en primavera

**ESPECIAL  
JOYAS**

Apuesta por el  
color y el exceso

De viaje con  
**BRYAN FERRY**

**BELLEZA de  
ÚLTIMA HORA**

Tintes puros y  
tratamientos  
eficaces

**EVA  
MENDES**

Explosión latina en Hollywood



DICIEMBRE '06  
ENERO '07  
FEBRERO '07



*En la actualidad,  
casi todos los cosméticos  
incorporan alguna en  
su formulación, desde  
tratamientos antiarrugas  
hasta cremas y lociones  
de protección solar*

#### **VITAMINA B5 o ÁCIDO PANTOTÉNICO**

**Beneficios** "Es un agente nutritivo que penetra hasta la raíz del cabello", afirma Pascual Segura, propietario de los salones Pascual (Isabel La Católica, 23. Valencia. Teléfono: 963 517 997).

**Además...** Alivia el estrés y los síntomas de fatiga. Presente en los cereales integrales, la langosta, los aguacates o el brécol.

**Cosméticos:** Champú *Anaprise*, de Dacray (12 €; en farmacias y parafarmacias); champú *Cuidado Clásico 2 en 1*, de Pantene (4 €); *Re-Nutriv Intensive Lifting Creme*, de Estée Lauder (193 €).

#### **VITAMINA B3**

**Beneficios:** Según el farmacéutico Manuel López Bueno, responsable de comunicación de los Laboratorios Pierre Fabre, "aumenta el efecto barrera de la epidermis: mejora su tasa de lípidos y estimula la síntesis de ceramidas".

**Si falta...** Puede generar dermatitis atópica.

**Cosméticos:** *Exomega Bálsamo Corporal*, de A-Derma (18 €, en farmacias y parafarmacias).

#### **VITAMINA E o TOCOFEROL**

**Beneficios:** "Aparte de ser uno de los antioxidantes más eficaces que existen, ejerce un efecto antiinflamatorio y mejora la hidratación y la inmunidad de la piel", dice el doctor Ros, especialista de la clínica estética Bonanova Médica.

**Cuidado con...** El calor extremo descompone esta vitamina.

**Cosméticos:** En todos los productos de protección solar, sin excepción.

#### **¿VÍA ORAL, TÓPICA O MEDIANTE INYECCIONES?**

En 1997, el estudio *Suvimax* sobre el efecto de las vitaminas, que se había desarrollado en Europa durante más de 8 años, desveló que tan sólo un 1% de estos compuestos químicos que se consumen oralmente actúan directamente sobre la piel. "Estos datos, reales y contrastados, revelan la importancia y la necesidad de su aplicación tópica para combatir y frenar el daño medioambiental que sufren las células", dice Pier Paolo Giacomoni, de los Laboratorios Clinique.

A pesar de que este mismo informe manifestó que la ingestión de vitaminas sí reduce significativamente el envejecimiento prematuro, José Manuel Deblas, de Laboratorios Vichy e Innéox, apunta que, cuando se consumen por vía oral, "se metabolizan, lo que beneficia al organismo entero. Aunque entonces ya estaríamos hablando más de salud que de cosmética".

Lo último es su administración a través de pequeños pinchazos en la piel, una técnica que se conoce como mesoterapia facial. El doctor Ros, experto en esta técnica, afirma que "la gran ventaja frente a la aplicación cutánea convencional, o por vía oral mediante complementos nutricionales, es que con las inyecciones llegamos directamente al tejido, con las dosis exactas y sin efectos secundarios. Y la eficacia es mayor". Se recomienda a partir de los 35 años y el precio de la sesión oscila entre los 170 y los 300 euros.

Dr. José Vicente Lajo. Moreto, 10. Madrid. Tel.: 91 360 08 53  
Bonanova Estética. Bonanova, 63 bis. Barcelona. Tel.: 934 173 859  
Sociedad Española de Medicina Estética. Tel.: 902 159 015