



¡Hágase la luz!

Los poderosos activos del sérum revitalizador y potenciador de luminosidad Oskia estimulan la respiración celular de la piel. Es perfecto para pieles apagadas, cansadas o cetrinas. Contiene células madre de manzana suiza. 80 € www.oskiaskincare.com



Reparación de la fibra capilar

En Maison Eduardo Sánchez existe un protocolo para el cabello que lo nutre, hidrata, elimina el encrespamiento, repara la fibra capilar y aporta un brillo extraordinario a las melenas más castigadas por el verano. 60 €. www.maisoneduardosanchez.com

Triple ataque antikilos

Carmen Navarro tiene lo último para deshacerse cuanto antes de los kilos que hemos ganado en las vacaciones: diatermología, ondas electromagnéticas de alto alcance que combina LPG y cavitación. La eficacia de su procedimiento es tal que actúa desde la epidermis hasta el hueso, pasando por los músculos, y los tejidos conectivo y adiposo; reactiva el metabolismo celular y elimina toxinas, haciendo que el tono mejore y la piel rejuvenezca. El bono de cinco sesiones cuesta 350 €. www.carmenavarrro.com



Pedicura

Vanitas Espai presenta su pedicura especial con cuidado de cutículas, exfoliación, mascarilla profunda, masaje reparador y esmaltado Shellac o Vinylux para un color duradero y saludable. www.vanitasespai.es

10 consejos para adelgazar

La doctora Paula Rosso del Centro Médico Lajo Plaza nos da las claves:

- 1 Haz un tratamiento ultrarrápido de depuración corporal y antioxidante para ayudar a arrancar un plan alimentario. Zumos de frutas y verduras.
- 2 Prepara el sistema digestivo con prebióticos y probióticos para mantener la inflamación a raya y aumentar las defensas.
- 3 Con un simple test sabrás qué alimentos te sientan mal.
- 4 Existen técnicas de actividad física que permiten mejorar el metabolismo e incrementar el gasto calórico del organismo. ¡Muévete!
- 5 Combate el estrés oxidativo con la ayuda de tu especialista y una pauta micronutricional que te asegure los polifenoles, legumbres, cereales integrales y frutas y verduras rojas y moradas.
- 6 Mejora la tonificación muscular con aparatología.
- 7 Revisa tus hábitos y cambia lo que sea necesario. Hazte un análisis de tu composición corporal, desglosando los errores más habituales de la dieta.
- 8 Establece objetivos reales, no sueñes con imposibles.
- 9 Una vez a la semana sáltate la dieta y date un capricho.
- 10 Di "no" a los alimentos procesados y refinados que hacen que el organismo acidifique causando cansancio, infecciones, malestar estomacal...

Vitaminas con hialurónico

En el Instituto Tapia puedes probar las infiltraciones subcutáneas de vitaminas, aminoácidos esenciales y ácido hialurónico en rostro, cuello y escote como la forma más directa de evitar la pérdida de agua de la piel e hidratarla al máximo. Con ello pondrás en marcha el proceso de regeneración celular y estimularás el colágeno. 180 € www.drtpia.com



Libérate de los excesos

El centro de belleza y salud Concha Vela ofrece un pack para el desbloqueo de espalda con aceites esenciales y ventosas con el método Piroche, vibración y detox final. Relaja cuerpo y mente por solo 39 €. www.conchavela.com



Cabello sano

Morphosse Liss Smoothing Therapy de Montibello (en el salón y en casa) es la solución más eficaz para alisar, reducir y controlar el volumen del cabello gracias a su terapia de alisado con queratina, libre de formol y amoniaco. 11,60 € y 14,90 €. www.montibello.com



Cóctel de vitaminas

El doctor Chams, conocido por ser el médico de las celebrities, propone la biorevitalización de la piel con microinyecciones de un cóctel creado por él, que restablece los volúmenes de la cara, borra arrugas, cierra poros, reafirma, elimina las bolsas y restablece la luminosidad. www.doctorchams.com

Cura de choque

Terapia de 28 días con dosis extremas de vitamina C pura al 11 por ciento para reparar la piel dañada por el sol, con acción antimanchas que estimula la producción de fibroblastos y la síntesis de colágeno. La combinación de ácido glicólico y láctico mejora la textura en superficie y actúa en profundidad. Lo ideal es completarlo con el Concentrado Corrector a base de retinol, 82 € (Sin retinol, 69,90 €) www.skeen.fr

