

este caso se acumula grasa bajo los ojos y su apariencia es más compacta.

Con cosmética. Usa contorno de ojos con textura de gel (más ligera) y con activos drenantes si las bolsas son por mala circulación sanguínea o linfática. Si las bolsas son por acumulación de grasa, las cremas no las eliminan.

En manos profesionales. Funcionan muy bien las microcorrientes. Las de la aparatología Physia Plus drenan las bolsas (80€ la sesión). En Centros Vitalis, Barcelona. Y si son genéticas se pueden eliminar mediante cirugía (blefaroplastia). Su precio: 4.000€, aprox. En Clínica de la Fuente, Madrid

Ojeras, dos soluciones: aclarar o camuflar

Por qué aparecen. Hay varios motivos: herencia genética, exposición al sol sin protección, cambios hormonales... y se acentúan en caso de cansancio.

Con cosmética. Si las ojeras son marrones se aclaran con cremas despigmentantes específicas para el contorno. Pero también se pueden camuflar con corrector. Elígelo beige para ojeras marrones, naranja si son azules, y amarillo, si son de tono violáceo.

En manos profesionales. La carboxiterapia (inyecciones de dióxido de carbono) ayuda a mejorar la microcirculación, aclara la pigmentación y reafirma la piel. Es válida para las ojeras de origen vascular, pero no genético. 60€ por sesión. En Centro Médico Lajo Plaza, Madrid.

Eleva los párpados con parches o bótox

Por qué aparecen. El descolgamiento suele ser genético, puede ser de uno o los dos ojos y con el tiempo se acentúa.

Un buen aliado. Los parches adhesivos de silicona Magicstripes, casi invisibles, "levantan" el párpado superior y dan aspecto rejuvenecido a la zona. En magicstripes.es. 64 tiras, 19€.

En manos profesionales. Las infiltraciones de bótox en la zona de las patas de gallo y el entrecejo tensan la piel y "abren" la mirada. Duran hasta 6 meses si el problema es incipiente. Desde 400€. Clínicas Miestetic, en Madrid, Barcelona y Valencia.

Los 3 pasos imprescindibles de tu ritual

1 Por la mañana. Limpia siempre el cutis (mientras descansas también se ensucia), aplica la crema anti-edad, el contorno de ojos y finaliza con el fotoprotector.

2 De noche. Repite la limpieza aunque no te hayas maquillado; y aplica el contorno, un sérum y una crema de noche o de tratamiento (manchas, cuperosis), que suelen ser sensibles a la luz.

3 Una vez a la semana. Exfolia el rostro para retirar puntos negros y células muertas, que dan aspecto apagado y grisáceo. Después, aplica una mascarilla para hidratar a fondo y revitalizar la piel.

Sin arrugas en el contorno de los labios

Por qué aparecen. El "código de barras" o arruguitas verticales son más frecuentes en quienes se sobreexponen al sol y en fumadoras.

Con cosmética. El contorno de labios con retinol, péptidos y ácido hialurónico las atenúa. Si, además, contiene pigmentos reflectores de la luz, las arrugas se difuminan por efecto óptico.

En manos profesionales. La aparatología Endermolift Labios LPG activa el colágeno y ácido hialurónico. 35€ la sesión. Centros en lpgsystems.es.

Atenúa los surcos junto a la nariz

Por qué aparecen. Las "líneas de marioneta" se marcan más a partir de los 40 años en personas que gesticulan mucho.

Con cosmética. Las cremas antiarrugas con efecto relleno las atenúan y las prebases y el iluminador las disimulan.

En manos de profesionales. Con infiltraciones de ácido hialurónico se suavizan. 500€, en Instituto Vila-Rovira, Barcelona.

Masaje lifting en 2 minutos

Con él combatirás la flacidez general del rostro, que aparece por la disminución de colágeno y ácido hialurónico. Hazlo mañana y noche al aplicarte tu crema.



ÓVALO DEFINIDO

Haciendo presión con las manos y deslizándolas lentamente, efectúa movimientos ascendentes desde el centro de la barbilla y siguiendo la línea del óvalo hasta la parte inferior de las orejas. Haz 5 pases.

PÓMULOS ALTOS

Desplaza los dedos con un movimiento firme y alisador desde el labio superior hasta la oreja; y después, desde la nariz, pasando por los pómulos, hasta la sien. Haz 5 movimientos en ambas zonas.

FRENTE LISA

Pon ambas manos en la frente y, alternándolas, mueve cada una hacia la parte superior de la sien. Empieza a la altura de las cejas y ve subiendo hasta que llegues al nacimiento del pelo.