

## 2. BAKING

Ni contouring, ni strobing... estas técnicas de maquillaje están muy bien para definir contornos, afinar nariz o marcar pómulo. Pero si lo que quieras es borrar las ojeras de un brochazo, nada como el *baking*. Como su propio nombre indica, consiste en lograr un efecto "horneado" aplicando polvos sueltos translúcidos en zonas clave del rostro para difuminar imperfecciones como ojeras y líneas de expresión. La clave es dejar pasar un tiempo antes de difuminar y fundir el producto con la base y el corrector que se extienden a continuación.



Polvos  
Belle Mine  
(38,65 €) de  
Collistar.

## 3. BOCA ARRIBA

No se trata de una leyenda urbana... Las mujeres que duermen boca abajo son más propensas a levantarse de la cama con bolsas y ojeras oscuras. Tiene toda su lógica: la circulación se ve entorpecida y son nada menos que 8 horas de media en esa postura. Si eres de costumbres muy fijas, prueba a colocar una almohada lateral o algún tope que te impida darte la vuelta sobre el colchón. Tu mirada no será la única que saldrá ganando. Las arrugas que se forman en el rostro en los pliegues nasogenianos también tienen que ver con dormir de lado o boca abajo.

## 4. PARA BEBER...

Cola de caballo. Sí, sí, como lo lees... Aporta potasio, magnesio y aluminio en grandes cantidades y es uno de los diuréticos naturales más efectivos. Es capaz de incrementar la cantidad de orina en un 30 %. Esto se debe a su capacidad de estimular la circulación sanguínea del aparato renal, lo que repercute directamente en el contorno de los ojos, bolsas y ojeras. El famoso "brebaje verde" de las celebrities también tiene efecto antibolsa. Se hace con medio pepino, un manojo de perejil, medio plátano, una manzana y el zumo de una lima.



## 5. TODO EN FRÍO, POR FAVOR

A partir de ahora, haz hueco en la nevera para guardar en uno de los laterales tus contornos de ojos y los maquillajes correctores de ojeras. No es de extrañar que los tratamientos más avanzados dispongan de aplicadores *roll on* de materiales que se encargan de aportar un toque "helado" mientras los aplicas masajeando la piel de la zona. **El frío tiene un importante efecto vasoconstrictor que es especialmente útil en el caso de las bolsas.** ¿Quién no ha envuelto un cubito de hielo en un pañuelo alguna vez y lo ha apretado sobre los párpados durante unos eternos minutos?

Contorno de ojos  
Cellular Skin  
(14,99 €) de Nivea.



Bálsamo de ojos  
Aqualia Thermal  
(19 €) de Vichy.

## 6. CORRECTOR, ¡EL SALVAVIDAS!

Es clave elegir el corrector adecuado. Ten en cuenta que para camuflar la coloración violácea es conveniente elegir uno que tire a amarillo. Los verdosos funcionan mejor para coloraciones rojas. Apícalo únicamente en la zona oscura de las ojeras en semicírculos que desciendan desde el interior hacia las mejillas. Una vez extendido, cúbrelo con polvos translúcidos.

## LOS 4 MAGNÍFICOS

Estos tratamientos son capaces de transformar tu mirada a corto y medio plazo eliminando bolsas y ojeras mientras previenen el envejecimiento.

**Carboxiterapia con peeling.** Atenua la coloración oscura, oxigena el tejido y redensifica la piel. Gracias al *peeling* a base de ácido mandélico se aclara el tono. Entre 3 y 6 sesiones espaciadas (100 €). En las consultas de la doctora Espallargas en Madrid y Zaragoza ([draespallargas.com](http://draespallargas.com)).

natural (1 sesión: 340 €). En el Centro Médico Lajo Plaza de Madrid ([centromedicolazopla.com](http://centromedicolazopla.com)).

**Láser CO<sub>2</sub>.** Permite renovar las capas de epidermis pigmentada. A las 48 horas del tratamiento se produce una descamación invisible integral (1 sesión: 900 €). En el Instituto Médico Láser de Madrid ([iml.es](http://iml.es)).

**Ácido hialurónico.** Los de nueva generación se infiltran para corregir las ojeras más marcadas. El relleno Volbella es el más adecuado para esta zona. Al ser reticulado, muy maleable y homogéneo, el resultado es muy

**Drenaje linfático manual.** Los relajantes movimientos de los dedos en la zona ocular descongestionan y detoxifican la mirada (desde 50 €). En Chi Spa en Madrid y Barcelona ([thechispa.com](http://thechispa.com)).