

ADIÓS A LA GRASA LOCALIZADA

◆ **LIPOSUCCIÓN LIGHT.** Pensada para acabar con la grasa localizada de rodillas, tobillos, gemelos o del triángulo posterior del bikini, en IML llevan a cabo una liposucción asistida por láser que se realiza con una varita flexible de 2 mm de grosor que licúa los adipocitos. La coagulación inmediata asegura menos hematomas e hinchazón que una liposucción convencional. A partir de 2.500 €.

◆ **ABDOMEN Y FLANCOS.** Para acabar con la grasa acumulada en estas zonas, Centro Médico Lajo Plaza ha desarrollado un protocolo combinado. La introlipotera o infiltración de desoxicolato sódico -Aqualix- que destruye los adipocitos que son eliminados de forma natural por el sistema linfático. 48 horas después, se realiza un drenaje linfático manual. Por último y para estimular la producción de colágeno y reafirmar la zona, se colocan hilos de polidioxanona. Desde 300 €/sesión.

Bathing THERAPY

Convierte la bañera en tu templo de belleza.

EN LA LUNA.

Handmade Beauty posee 4 kits para incorporar a la bañera que combinan el poder de las hierbas medicinales y el efecto de las fases lunares sobre las emociones. Cuando la luna esté llena, que nos carga de energía, incorpora a tu bañera la mezcla de incienso en lágrima, pensamiento silvestre y artemisa, para depurar el organismo y eliminar líquidos. La luna nueva ayuda a la meditación, por lo que combina a la perfección con manzanilla, potente relajante natural.

MENÚ DE BAÑERA.

Toñi Leal, wellness personal assistant del hotel Barceló Sancti Petri, propone hacer de tu bañera un spa. Si incorporas 1 cucharada de jengibre favorecerás la transpiración y desintoxicación del cuerpo. Para hidratar la piel, de 2 a 4 tazas de leche entera. Y si añades 4 tazas de vino tinto y 1 de miel a una bañera con agua a 37º estimularás la producción de colágeno y elastina de la piel.



Perfumado con flores blancas, gel de ducha Ever Bloom, de Shiseido (39 €). Kit para la bañera, Full Moon Soak, de Handmade Beauty (35 €). Crema de manos Baume de Rose, de By Terry (35 €). Leche hidratante perfumada, Les Délices de Bain, de Guerlain (53,50 €). Tratamiento hidratante y regenerador corporal, Creme Reparatrice, de Sisley (134,50 €).

Operación detox LOS CINCO MAGNÍFICOS

Para acelerar los resultados de tu entrenamiento, sigue los consejos de la Dra. Paula Rosso.

Infusiones de diente de león para detoxificar el hígado y la vesícula biliar. El cardo mariano previene la peroxidación de los lípidos y la clorofila mejora la digestión. **Más té, menos café.** Un potente antioxidante para combatir los radicales libres. Más eficaz en hoja que en bolsita. **Desayuno sin azúcares refinados.** Ni hidratos de carbono simples. Sustituye los bollos y tostadas por un batido de frutas con apio o pepino. **La regla del cinco.** Come algo ligero cada 3 o 4 horas para evitar picos de hambre. **Súper brécol.** Favorece el drenaje de toxinas, tiene pocas calorías y muchos nutrientes.

NUEVA SILUETA

La esteticista Carmen Navarro propone combinar vacumterapia, radiofrecuencia y láser en frío para remodelar el cuerpo.

Vacumterapia. La aplicación de ventosas sobre la piel para estimular la circulación, eliminar los adipocitos y alisar la piel. **Radiofrecuencia.** Mediante el calentamiento controlado de la dermis se estimula la formación de colágeno y se reafirma la piel. **Láser frío.** Para activar la lipólisis y reducir el volumen corporal y remodelar el contorno de la silueta. Además, al relajar la musculatura ayuda a combatir la celulitis. Precio del tratamiento combinado: 100 €/sesión. →

En tiempo récord, TRATAMIENTOS ONE SESSION

◆ **ALEGRAR EL RICTUS.** Para transformar los 'rasgos de ardilla' o, lo que es lo mismo, la verticalidad del rictus, el doctor José Vicente Lajo Plaza propone la colocación de hilos PDO en puntos estratégicos del surco nasolabial. Primero, sobre el labio superior, para redensificar la piel y minimizar las arrugas, y luego de forma entrecruzada en las comisuras y hacia la oreja, para tensar. A partir de 450 €.

◆ **SEGUNDA PIEL.** Con parches de ácido hialurónico medical al 80% (40 veces más concentrado que el que se utiliza habitualmente), el tratamiento Seconde Peau de Biologique Recherche en The Beauty Concept minimiza las arrugas y regenera y tensa la piel. Los parches poseen extracto de semilla de algarroba, que restablece los sistemas naturales de reparación cutánea, y extracto de mandioca de efecto tensor. 250€.

◆ **RADIOFRECUENCIA FLASH.** Tensa la piel y reduce las arrugas –incluso del contorno de los ojos–. “La radiofrecuencia monopolar Pellevé produce un calentamiento controlado de la unión dermo-epidérmica que induce la contracción inmediata del colágeno estimulando la formación de nuevas fibras de colágeno y elastina”, cuenta el Dr. José Manuel Miralles, de Centro Miralles Dermatología. 100€.

Tras el multimasking MASCARILLAS 3.0

Lo último en tecnología para tu piel.

ACTÍVALA CON TU SMARTPHONE.

Play Skin es una mascarilla de efecto estimulante y relajante, que incorpora electrodos para microcorrientes de baja intensidad, que se activan a través de una aplicación móvil. Con ácido hialurónico, coenzima Q10 y té verde. 89 €/kit.

RETÍRALA CON UN IMÁN.

Magnetight Mask de Dr. Brandt es una mascarilla de arcilla purificante e iluminadora que se retira sin agua y sin casi tocar la piel, sino mediante un imán que recarga la piel de energía y reafirma la piel. 75 €, en Sephora.



Contra la flacidez, EL STRETCHING CELULAR

La flacidez no es sólo un problema asociado al envejecimiento, también aparece por la pérdida de peso o volumen, incluso tras determinadas intervenciones estéticas. El especialista en medicina vascular Philippe Blanchemaison, director de estudios de la Facultad de Medicina de París VI, asegura que “el estiramiento mecánico de las células es una técnica eficaz para estimular la producción de colágeno”. El stretching celular se realiza con el dispositivo DX Smart, que combina tres rodillos de masaje. Mediante estimulación mecánica se consigue el estiramiento de las células y de su tejido conjuntivo.

PERSONAL TRAINERS PARA TU PIEL

Sérum antiedad renovador de la piel Re-Nutriv Regenerating Youth Suero, de Estée Lauder (298 €/30 ml). Suero Capture Totale Dreamskin Advanced, de Dior (106 €). Para estimular la renovación de la piel, Superstart Skin Renewal Booster, de Elizabeth Arden (79 €/50 ml). Con siete aceites esenciales, Lumière Essentielle Illuminating Oil Serum, de Darphin (59 €).