

YO DONA

yodona.com

ESCAPADAS
10 bosques espectaculares
en otoño

EN PORTADA
LA TOP
BLANCA
PADILLA

BRILLAR

EL NUEVO MANDAMIENTO DE LA MODA

JOYAS 24H + LANA XL

EL MUNDO

3 DE NOVIEMBRE DE 2018, Nº 705. YO DONA SE VENDE EL SÁBADO
CON EL MUNDO POR 2€. EL RESTO DE LA SEMANA,
VENTA INDEPENDIENTE POR 1,50€





Cosmética

Tecnoenvejecimiento

EL ENEMIGO EN LA PANTALLA

Aparición de manchas, poros, tono apagado... Estos son algunos de los efectos más inesperados del uso –o más bien, abuso– de las nuevas tecnologías. ¿Su responsable? La luz que emiten los ‘smartphones’, ‘tablets’ y ordenadores. Las nuevas fórmulas cosméticas se convierten en auténticos escudos 3.0, capaces de proteger la piel del envejecimiento digital. Texto **Cristina Martín Frutos**

FOTOS: IMAXTREE / D.R.



CUELLO SMARTPHONE

Es otra de las indeseadas consecuencias del abuso de la tecnología. La repetición del gesto de mirar el móvil (unas 110 veces al día) o la *tablet* «provoca tal presión sobre la columna que la piel del cuello absorbe una parte, provocando flacidez, descolgamiento y arrugas», explica Yolanda Albelda, directora de la clínica que lleva su nombre. La medicina estética ofrece soluciones para reafirmarlo.

Un extra manual Marta García propone *Doble Chift Lifting*, que combina radiofrecuencia *Venus Legacy 4D* con un masaje. (Oviedo, tel. 985 27 73 00; 120 €)

Mesoterapia El protocolo *Cuello Phone* del doctor Lajo Plaza, que consiste en infiltrar ácido hialurónico, se completa con un *peeling* químico previo. (Centromedicolajoplaza.com; desde 150 €, más 90 € del *peeling*)

Más colágeno Estimular su producción y tensar el existente. Son los objetivos de *Accent Prime*, el tratamiento que Yolanda Albelda elige para resculpir el cuello. (Santiago de Compostela, tel.: 981 56 16 25; desde 200 €)

Setenta y cuatro horas a la semana.

Más de 10 cada día. ¿A qué se puede dedicar todo ese tiempo? Por mucho que nos asombre, estas son las horas que, de media, pasamos los españoles conectados a internet, según el reciente informe *Nielsen Digital Consumer 360*. Dicho de otro modo, estamos media vida pegados a una pantalla (la del ordenador, la del teléfono móvil, la de la *tablet*...). Más allá de las consecuencias sobre la salud física y mental –agotamiento psicológico, problemas de visión, mayor sedentarismo...–, la sobreexposición digital también acelera el envejecimiento cutáneo. La luz azul que emiten tanto el sol como estos dispositivos es la principal culpable. «Es, como la polución, uno de los enemigos invisibles que atacan a diario la piel casi sin darnos

cuenta», advierte Patricia Fisas, directora de Innovación de Natura Bissé.

Cada vez más estudios médicos abordan cómo actúa este tipo de radiación, que se encuentra en el espectro de la luz visible (esa que nos permite ver), entre la ultravioleta y la infrarroja. «De hecho se está empezando a hablar de fotopolución», afirma María Vitale, directora médica de Cantabria Labs. ¿En qué consiste? «Las alteraciones en la pigmentación, produciendo nuevas manchas o acentuando las existentes, son la consecuencia más notable», señala Vitale. Además, al incidir sobre la piel, aumenta la producción de radicales libres con el consiguiente estrés oxidativo, desencadenante del tono apagado,

Más que un filtro

1 Contorno de ojos *Age Protect* (29,60 €), de *Uriage*. 2 Concentrado *Diamond Cocoon Skin Booster* (213 €), de *Natura Bissé*, se añade a la crema, el aceite... 3 Con color, gel fotoprotector de amplio espectro *HelioCare 360° SPF50* (29,90 €), de *Cantabria Labs*. 4 *Light Water Antiaging Veil SPF50* (36 €), de *Mesoestetic*. 5 *Spray Herbal Skin Rescue Vitalizing* (61 €), de *Babor*. 6 *Sérum Skinovage Vitalizing* (61 €), de *Babor*. 7 Prebase de maquillaje *Skin Life Shield & Glow* (36 €), de *Lancaster*.



la aparición de poros... Por si fuera poco, cuando nos conectamos de noche a esas pantallas digitales (¡la de la televisión también cuenta!) se alteran la producción de melatonina y los ciclos de sueño.

Aunque hasta ahora solo se podía recurrir al fotoprotector de amplio espectro (con filtros UVB, UVA, luz visible e infrarrojos) para evitar estos efectos, los laboratorios están lanzando soluciones cosméticas que actúan como un escudo gracias a ingredientes que combaten la oxidación celular. «Los activos naturales, como *Fernblock* (patente de Cantabria Labs a partir del extracto de un helecho), y ciertas algas sobre las que se está investigando, marcan la tendencia», asegura María Vitale. Y, por supuesto, siempre nos quedará el *detox* digital. ■