

GLAMOUR

Publicación	Glamour General, 1
Soporte	Prensa Escrita
Circulación	211 748
Difusión	100 692
Audiencia	332 000

Fecha	22/01/2021
País	España
V. Comunicación	194 971 EUR (236,058 USD)
Tamaño	590,10 cm ² (100,0%)
V.Publicitario	19 100 EUR (23 125 USD)

A
L
E
M

GLAMOUR[®]

www.glamour.es

Nº 918 · 3,50 €
Febrero / Marzo 2021

camillerazat

Ahora todo
es posible.
Nuevo año, nueva moda
y muchas nuevas
primeras veces



belleza • tratamiento

Serúm Lifting Firmeza Resveratrol Lift, de Caudalie (50,40 €).



Dispositivo Bear para tonificar rostro y cuello con microcorrientes, de Foreo (299 €).



Crema Escultora de Noche Préermine, de Darphin (104 €).

Crème pour le Cou Formule Enrichie, de Sisley (136,50 €).



Le Lift Serum, de Chanel (165 €).



The Neck & Décolleté Concentrate, de La Mer (275 €).

Por qué ahora te preocupa más el cuello que las patas de gallo.

TEXTO: LEYRE MORENO.
ILUSTRACIONES: GONZALO MUIÑO



Pregúntaselo a Google. Si las búsquedas de ‘crema de cuello’ han aumentado hasta un 61% en España por algo será. El término *tech neck* –arrugas provocadas por el uso de los dispositivos electrónicos– no es nuevo, pero con el confinamiento y el teletrabajo ha cobrado un protagonismo nunca antes visto. “La cámara del ordenador y del móvil nos toma la imagen desde abajo, por lo que vemos nuestro cuello desde una perspectiva que nada tiene que ver con el espejo del baño habitual, percibiendo problemas como la flaccidez y las arruguitas”, explica la cirujana general y médico estético Virtudes Ruiz. “La piel del cuello es más fina porque tiene menos glándulas sebáceas, poco tejido adiposo y menor densidad de las fibras conjuntivas. Al bajar constantemente la cabeza para mirar la pantalla provocamos distensión en los tejidos y descolgamiento. Esto ha hecho que personas muy jóvenes comiencen a manifestar síntomas como flaccidez en cuello y barbilla, así como arrugas prematuras, patologías más comunes en pacientes de avanzada edad”, añade la dra. Paula Rosso, del Centro Médico Lajo Plaza. ¿El resultado? Los tratamientos médico estéticos de cuello han aumentado hasta un 20% este último año según el médico estético Jaime Tufet.

ANILLOS DE VENUS. TECH NECK Y CÍA

“Las arrugas del cuello no son arrugas de expresión, son estáticas, horizontales, y se forman a medida que la piel se descuelga por la falta de colágeno y de elastina”, explica la experta en belleza Claudia di Paolo. ¿Su nombre? Anillos de venus. La experta diferencia entre “arrugas superficiales, relacionadas con la exposición solar y el tabaco, y las gruesas asociadas a una bajada de peso o a la pérdida de elasticidad y firmeza”. La forma en la que duermes también influye: “Si lo haces de lado, elige una almohada dura y alta para compensar el espacio entre los hombros y la cabeza. Si es boca arriba, mejor un modelo más bajo”, recomienda María Carvajal, *manager* de Formación de Foreo.

CARTA DE INGREDIENTES

“El cuidado del cuello tiene puntos en común con el contorno de ojos. Las combinaciones de péptidos y antioxidantes protegen la matriz de colágeno y elastina”, apunta Pedro Catalá, fundador de Twelve Beauty. También “aminoácidos que retengan el agua y coenzima Q10 regenerante”, cuenta Di Paolo. Y un par de veces a la semana, “un limpiador glicólico que retire la capa córnea engrosada y mejore la absorción de los cosméticos. Y para el doble mentón, vitamina C y ácido fítico”, concluye Diego Méndez-Sâbre, CEO y director de investigación de Haute Custom Beauty.



Sérum tensor Lift Designer, de Filorga (71,90 €).

ROSTRO = CUELLO?

El cuidado cosmético del cuello puede ser igual que el del rostro, según explica Carmen Navarro, directora de los centros de belleza que llevan su nombre: “Sobre todo si incluye ingredientes como el ácido hialurónico, el silicio, el colágeno, la vitamina C... Pero a partir de los 40, aconsejo utilizar un tratamiento específico para obtener mejores resultados. Si dispones de más tiempo, aplica también una mascarilla tensora para redensificar la zona”.

DONDE LA COSMÉTICA NO LLEGA

Tratamientos médico estéticos como *Diasculpt*, que realizan en el centro Oxigen de Barcelona, reafirman el cuello mediante luz infrarroja de onda corta que reproduce la retracción del colágeno y estimula la síntesis de colágeno nuevo. Precio: 70€/ sesión (se recomiendan entre 2 y 4). Para un efecto *lifting*, también funcionan los ultrasonidos focalizados. “Es un tratamiento poco agresivo y efectivo a largo plazo”, asegura la doctora María Vicente de *Virtud Estética*. Precio: entre 600 € y 2.500 €. En *Felicidad Carrera* utilizan la plataforma Morpheus8, que estimula la neocolagénesis en las capas subyacentes de la piel para tensar. Precio: 300 €/ sesión (se recomiendan entre 3 y 5). Si el problema son las arrugas horizontales muy marcadas, el dr. Tufet recomienda inyectar ácido hialurónico RHA 1 de *Teoxane* que acompaña a la piel con cada movimiento. Precio: 400 €/ sesión.



Fermitif Neck Renewal Cream, de RéVive (175 €/ en Isolée).

CUANDO EL PRÍNCIPE NO ES AZUL

“La luz azul que emiten las pantallas eleva el riesgo de hiperpigmentación, pero también la pérdida de elasticidad. Penetra en nuestra piel incluso más que los rayos UV creando radicales libres y rompiendo las estructuras celulares”, advierte Carmen Navarro. Utiliza un buen fotoprotector solar que actúe también como escudo de la luz azul. “Añadiendo la dosis justa de antioxidantes, protectores contra los radicales libres que genera la luz azul y reparadores del posible daño. Como la manteca de cupuaçu (rica en polifenoles), la coenzima Q₁₀ y el extracto de buddleja, capaz de reparar el ADN de las células cutáneas.”



Neck & Décolleté Ultimate Lift Treatment, de Haute Custom Beauty (210 €/crema y 12 ampollas).

CON POSTURA

De nada sirven los cosméticos si no controlamos el tiempo de conexión a los dispositivos electrónicos y la postura que adoptamos cuando los usamos. En este sentido, Inma Blanquer, de Centro Assari, recomienda que “la pantalla del ordenador se sitúe a la altura de los ojos y a unos 45 centímetros de distancia. Deberíamos llevar nuestro mentón ligeramente hacia abajo”. También puede ayudarnos realizar algunos estiramientos: “De pie o sentada, estira lateralmente el cuello, inclinando la cabeza hacia un lado ayudándote con la mano (10 seg. a cada lado). Para el trapecio, de pie o sentada, coloca una mano sobre la frente y con suavidad lleva la cabeza hacia atrás sin mover el tronco (20 seg.). Por último, de pie con las piernas separadas y ligeramente flexionadas, baja el tronco y agárrate los tobillos y estira la espalda hacia arriba (10 seg.). 10 segundos”, recomienda Blanquer.



120



Crema The Absolute, de Cocunut (59,95 €).

BESO SEXY, CUELLO CISNE

Diana Bordón, experta en yoga facial y autora del libro *Entrena tu belleza*, recomienda estos ejercicios de su método Facial Yoga Plan para estirar y tonificar cuello y barbilla. **Beso sexy:** Levanta la barbilla y pon morritos como si fueras a tirar un beso con la mano en la boca empujando hacia dentro y ofreciendo resistencia. Los labios ofrecen resistencia. Aguanta 5 seg. y exhala por la boca. Descansa 2 seg. y haz 5 repeticiones. **Woo! Woo! Woo!:** Pronuncia este mantra abriendo bien los ojos en cada una de las 5 repeticiones.

INVERTIR EL ORDEN

Si siempre olvidas el cuello en tu rutina cosmética, ¿por qué no pruebas a invertir el orden? Empieza por el escote y asciende hacia el cuello y el rostro. Eso sí, aplicando la cantidad de producto adecuada: “El escote y el cuello tienen un área más grande que la cara, así que utilizar el poco remanente de producto del rostro en el cuello es insuficiente”, explica Méndez-Sàbre. También importa, y mucho, la forma en que lo aplicas. Ana Latorre, jefe de producto y marketing y Patricia Ricarte directora de Asesoría Técnica de Germaine de Capuccini, recomiendan este masaje de inspiración japonesa. “1. Extiende el producto por el cuello con movimientos ascendentes. En el escote hazlo desde el centro hacia el exterior. 2. Con la mano abierta en la clavícula (el dedo pulgar en una dirección distinta al resto), realiza movimientos alternos ascendentes hasta la zona submentoniana. 3. Con los pulgares situados bajo el mentón, deslízalos por debajo de la mandíbula hasta las orejas. 4. Con una mano debajo de cada oreja realiza movimientos circulares. 5. Con las manos bajo las orejas, desliza las yemas de los dedos por los laterales del cuello hasta llegar a la clavícula.” Si no dispones de tanto tiempo, prueba a extender la crema con las manos enfrentadas y masajes alisadores y ascendentes, tal y como nos explica Alba Romero, responsable de la Cabina Chanel Privé de El Corte Inglés de Serrano, 47, Madrid. **©**

FOTO PRODUCTOS: DR.