

yodona.com

***VIOLENCIA DE GÉNERO  
¿QUÉ ESTÁ FALLANDO?***

**ADRIANA UGARTE**  
**ADELANTO DE**  
**NAVIDAD**  
**+ DE 160**  
**REGALOS**  
**PARA ELEGIR SIN PRISA**

**MODA: LENTEJUELAS, METALIZADOS Y ESTAMPADOS A GOGÓ**

EL MUNDO

24 DE NOVIEMBRE DE 2018. Nº 708. YO DONA SE VENDE EL SÁBADO CON EL MUNDO POR 2€  
EL RESTO DE LA SEMANA, VENTA INDEPENDIENTE POR 1,50€



# Belleza

Tratamientos  
de estética

*¡Que empiecen*

## **RELAJAR CUERPO Y MENTE**

El primer paso para tener mejor cara es, sin duda, desconectar del estrés diario. En algo más de dos horas, la completa *Experiencia Spa oriental* que proponen en *The Organic Spa* logra este objetivo con creces. El ritual comienza con un lavado-masaje de pies, al que le sigue media hora de baño relajante en una bañera donde se combinan diferentes aceites esenciales, según los gustos. Después, una completa exfoliación corporal deja la piel como nueva. Para finalizar, la guinda del pastel: un masaje corporal relajante para volver, renovadas, a la realidad (175 €. En [theorganicspamadrid.com](http://theorganicspamadrid.com)).

*las fiestas!*



## EL CUERPO, POR PARTES

**Sin guantes** Las manos son las grandes olvidadas en los tratamientos antiedad. El doctor Ángel Juárez las trata con un *peeling* que aclara las manchas, infiltraciones de ácido hialurónico para hidratar y una mascarilla revitalizante (1.200 € aprox. En [doctorangeljuarez.com](http://doctorangeljuarez.com)).

**Enseñar escote** Para descubrir esta zona sin complejos, se combinan cinco sesiones de radiofrecuencia (160 €), que tensan la zona mediante calor, y otras cinco de carboxiterapia (175 €), microinyecciones de CO<sup>2</sup> para reafirmar y disimular pequeñas manchas (en [clini-casolalopena.es](http://clini-casolalopena.es)).

**Zonas de conflicto** El objetivo de *Deep Slim NMF* es atacar la grasa localizada (suele ser la más resistente) en rodillas, flancos, cartucheras... Lo hace mediante una tecnología de ultrasonidos de alta y baja frecuencia que va directa a los adipocitos para provocar su muerte celular. Los efectos de una sesión se ven a las tres semanas (desde 50 € la rodilla a 150 €, el abdomen. En [mediklight.com](http://mediklight.com)).

**100% manual** Quienes huyan de las máquinas encontrarán en el masaje *Imperial Body Lifting* la opción para combatir la celulitis. Combina varias maniobras –bombeos, pinzamientos y remodelación– para liberar las células grasas al tiempo que deja la piel más flexible. Como tratamiento de choque se recomiendan seis masajes, los cuatro primeros se reparten a lo largo de las dos semanas iniciales (130 €/95 min. En [thebeautyconcept.com](http://thebeautyconcept.com)).

## ¿Sin maquillaje?

Cuando la piel está bien cuidada –hidratada, sin poros–, cualquier cosa favorece. También ir a una fiesta sin casi maquillarse, solo con un poco de *rouge* y máscara. El protocolo *#nomakeupchallenge*, de LPG, consigue ese objetivo en cuatro semanas, el tiempo que necesita la epidermis para deshacerse de imperfecciones y empezar de cero. Cada siete días se trabaja la cara con Ergolift, un cabezal que combina masaje mecánico con ligeras succiones, y **cada sesión se centra en algo diferente: limpieza, hidratación, contorno de ojos...** Una gran ventaja es que las sesiones duran solo entre 30 y 40 minutos (desde 220 €. En centros LPG. [endermologie.es](http://endermologie.es)).

A medida, *sérum* (120 € aprox.), de Universkin. Para iluminar la piel se añade vitamina C y ácido glicólico.

Star Suite Serum (250 €), tres fórmulas para alternar durante el invierno, de Verso Skincare.

## Infiltraciones que dan en la diana

Los ya famosos *pinchazos* convencen cada vez más. En concreto, los que se realizan con **ácido hialurónico** y **toxina botulínica**, que representan el 65% de los tratamientos de medicina estética en nuestro país, según la Sociedad Española de Cirugía Plástica, Reparadora y Estética (Secpre). Quienes se animen con estos procedimientos de cara a la Navidad han de saber que este es el mejor momento para comprobar sus efectos. «Tanto si se infiltra ácido hialurónico como bótox, pueden aparecer pequeñas inflamaciones o hematomas. Dos o tres semanas después de tratar al paciente nos gusta verlo por si hay que hacer algún pequeño retoque. Por tanto, **el resultado idóneo llega a la cuarta semana**», resume Pilar de Benito, directora médica de Slow Life House ([slowlifehouse.com](http://slowlifehouse.com)).

Ambos materiales se pueden combinar, pero si se trata de la primera vez, mejor quedarse con uno. «**El ácido hialurónico restaura los volúmenes del rostro**. Incrementa la síntesis de colágeno, que mejora la calidad de la piel y, de paso, rebaja la profundidad de arrugas y surcos», apunta la doctora. **La toxina «es perfecta para quienes tienen la mirada cansada, el ceño fruncido o patas de gallo**», prosigue. En ambos casos, el punto donde se pinche, así como la profundidad y la dosis, serán los que aseguren un resultado natural.

De cara a las fiestas, Pilar de Benito propone en concreto el protocolo **Top Model Look** (desde 450 €), **con un efecto rejuvenecedor** al trabajar en la sien y la zona alrededor del pómulos. Se realiza infiltrando ácido hialurónico en dos fases: primero, mediante inyecciones profundas, se usa uno muy reticulado –que da volumen–; después, con cánula, se aplica otro más elástico a nivel superficial. Dura unos 18 meses.

## FACIALES CON INGREDIENTES PRECIOSOS

**Cóctel gourmet** Además del oro, que suele ser ingrediente común en muchos tratamientos faciales por sus propiedades antioxidantes, antiinflamatorias y bactericidas, el protocolo Whislist utiliza trufa blanca, que hidrata, ilumina y reduce las manchas, y caviar, nutritivo y reafirmante. Los tres se combinan en los 90 minutos que dura el ritual: una limpieza profunda con una exfoliante a base de trufa y oro; un masaje reafirmante con esencia de caviar, y una mascarilla de arcilla y oro. También se añade una sesión de 20 minutos de radiofrecuencia para regenerar el colágeno y reafirmar el rostro. El resultado es una piel especialmente luminosa e hidratada (100 €. En [slowlifehouse.com](http://slowlifehouse.com)).

**Luces, perlas... y acción** Los rasgos de cansancio y estrés (más arrugas, una piel apagada) se borran con cuatro sesiones de **Kleresca Skin Rejuvenation**. El éxito del tratamiento radica en la combinación de una luz LED fluorescente sobre la piel, que reduce poros, arrugas y cicatrices, con una bruma de perlas y oro que regenera la piel y aporta luminosidad (92 €/sesión. En [clincatufet.com](http://clincatufet.com)).

Cubre las ojeras e ilumina, contorno de ojos **Color Eye Contour** (25 €), de Farma Dorsch.

Aceite facial de la línea **Orchidée Impériale** (305 €), de Guerlain.

Extra de luz, **Glow Formula Skin Hydrator** (35 €), de Kiehl's.

Elimina las impurezas **Waso Purifying Peel Off** (40 €), de Shiseido.

Efecto *flash*, ampollas **C-Vit** (19,95 €/5 un.), de Sesderma. Dan luminosidad de forma instantánea.

**Unicthermo Sonic 2.0** (139 €), de Unicksin, se usa para limpiar, reafirmar y tratar el contorno de ojos.