

¿Maquilladas en la playa? Sí, es posible

La piel también bebe

Lo más básico suele ser lo más importante. Es imposible alisar y borrar arrugas sin nutrir. Repasamos los mejores activos, el boom de los aceites y las claves de este mecanismo.

SILVIA CAPAFONS 22 DE JULIO DE 2012 13:18 H.



Foto: Corbis Images

Etiquetas: Edición impresa Edición impresa Smoda n44

Twitter 5

Me gusta 41

0

3

01. LOS ENEMIGOS DE LA SUAVIDAD

«Los climas poco húmedos, las temperaturas extremas –frío o calor–, el viento, el sol, el contacto prolongado con el agua, beber alcohol o fumar son las causas de una piel reseca», afirma David Orentreich, dermatólogo de los Laboratorios Clinique. Lo mismo sucede con algunos medicamentos, como los retinoides y los corticoesteroides. «Otro motivo son los eccemas; aparecen a causa del medio seco en el que trabajan personas como los peluqueros y los constructores», explica Rosa Ortega, profesora de Dermatología de la Universidad de Granada.

La solución para mejorar un ambiente seco es un humidificador. El uso de jabones no adaptados a las condiciones fisiológicas de la piel también produce sequedad: pueden reducir los componentes hidrolípidicos (emulsión de aceite y agua) que forman la barrera protectora natural.

02. LAS REGLAS DE ORO

- **Cuestión de tipo de piel.** «Si es grasa, se debe apostar por productos sin aceites pero con siliconas, agua y propilenglicol», informa Ortega. Para las mixtas, lo suyo es que contengan agua, aceite mineral, propilenglicol y algo de vaselina o lanolina. «La piel seca requiere estos mismos elementos pero en otras cantidades: los productos deben contener más vaselina y pocos aditivos», añade la experta. El colágeno, el ácido hialurónico y las vitaminas sientan bien a todas.



GRATIS en tu iPad



VIVE LA Moda EN CUALQUIER SITIO

¡Descárgala ya!

Promos

BÁSICOS



Tips
Ana Belén, porte y misterio
Frágil: hasta que se la mira a los ojos. Obediente: con la disciplina de las carreras largas. Musa: con el ‘glamour’ de una estrella sin edad. Teatral: su última encarnación es ‘Electra’.



Actualidad
Catar, a la caza de firmas emblemáticas
El emirato árabe, con su jequesa al frente, es el nuevo propietario de Valentino. Un paso más de una campaña continuada para controlar el mercado del lujo mundial.



Actualidad
El arte de atesorar vestidos y no solo enaguas de la abuela
Desde las enaguas de la abuela al baúl de la Piquer, la moda de atesorar vestidos también es un negocio que crece en España.

- **Exfoliar, pero en su justa medida.** «Si el cutis está deshidratado, no debemos exfoliar más de una vez a la semana y de forma suave», explica Miguel Sánchez Viera, dermatólogo del Hospital USP San Camilo, en Madrid.
- **Hidratar a la hora exacta.** «El momento perfecto para hidratar el cuerpo es después de la ducha o del baño, cuando la piel está húmeda. «Así fijamos el agua en la piel», comenta Onofre San Martín, doctor de la Universidad Católica de Valencia.
- **Ojo con las zonas sensibles.** En el contorno de ojos o los labios se deben aplicar cremas específicas.
- **El toque final.** La radiación ultravioleta deshidrata y causa el 80% de las arrugas. Por eso es importante aplicar un protector solar justo después de la crema hidratante.

03. LOS CUATRO FANTÁSTICOS

Algunos activos son los reyes de la hidratación. Estos son los cuatro grupos que debemos buscar en la etiqueta de los productos, según la dermatóloga Rosa Ortega:

- **Ceramidas, ácido hialurónico, y vitaminas.** Se trata de sustancias activas con superpoderes; son capaces de hidratar por sí solas.
- **Glicerina.** Este ingrediente retiene el agua de una emulsión sobre la piel de forma duradera.
- **Alfahidroxiácidos.** Son sustancias de acción química que además de exfoliar, fijan el agua en las células de la epidermis.
- **Vaselina, lanonina.** Estos componentes son oclusivos; es decir, impiden que el agua y los aceites se evaporen de la dermis.

04. OJO A LAS FRAGANCIAS

«Existen dos fórmulas básicas: las emulsiones de aceite en agua, que se utilizan para las hidratantes de día, más ligeras, y las emulsiones de agua en aceite para las cremas de uso nocturno o nutritivas, a las que se añade vaselina. Las cremas para el contorno de ojos son cremas nocturnas de las que se han eliminado las sustancias irritantes», detallan desde la Academia Española de Dermatología. La diferencia entre las cremas de día y las de noche, además de la textura, son las vitaminas, la fragancia y los activos. Existe una normativa europea sobre las fragancias. La razón: se ha descubierto que las hay dañinas para la piel, como la esencia de bergamota; puede producir manchas si se expone al sol. Este tipo de aromas se ha prohibido en los cosméticos, así que podemos respirar tranquilos.

05. EL ÉXITO DE LOS ACEITES CAPILARES

El encrespamiento. Es uno de los problemas más comunes en verano: la sal, el sol y la arena son algunos de los responsables. Los aceites de tratamiento lo calman. Además, están de moda: más o menos untuosos, de acabado seco, con o sin aclarado... «Los capilares son ideales para todo tipo de melenas y también para el cuero cabelludo. Existe la falsa creencia de que engrasan, pero solo ocurre si nos pasamos de la cantidad adecuada. Cuatro pulsaciones suelen bastar para un pelo grueso, y tres para el fino», explica Esther Segura, directora de calidad de Salones Mirache, en Madrid. Su combinación de aceites –argán, macadamia, oliva, aguacate...– los convierte en ideales para ir a la playa o la piscina. La razón: los vuelve dóciles.

Si el pelo está bien hidratado, basta con nutrirlo tres veces a la semana. Si está reseco, lo suyo es hidratarlo con un aceite cada día. Otro consejo: «No exponerse al sol al mediodía, o al menos usar pañuelos o pamelas. Es preferible que el cabello esté húmedo», recomienda Segura. Los champús y acondicionadores no deben contener siliconas; deshidratan mucho aunque a primera vista no lo parezca (la textura engaña). ¿Por qué resecan? «Porque se trata de sustancias oclusivas que no permiten que penetre agua», afirma Segura.

06. SENSUALIDAD OLEOSA

Leído

Reciente

- 1

Encapuchados. Dime qué viste y te diré lo peligroso que eres

18/07/2012
- 2

Womenalia, la nueva red social de las mujeres emprendedoras

18/07/2012
- 3

No somos los únicos: los 10 uniformes olímpicos más feos de la historia reciente

19/07/2012
- 4

El neceser imprescindible de una viajera

18/07/2012
- 5

No dejes que el pelo sea el gran olvidado del verano

18/07/2012

TWITTER

Síguenos »

smoda

Os proponemos un nuevo destino para este verano: Marsella: una nueva generación 'Bon Vivant'

cort.as/2FzR

15 minutes ago · reply · retweet · favorite

smoda

El gusto y lo 'kitsch' de Coco Fennell

cort.as/2FyC

2 hours ago · reply · retweet · favorite

smoda

Os contamos las manías de estilo de los famosos

cort.as/2Fxp

4 hours ago · reply · retweet · favorite

smoda

Adivina adivinanza: ¿qué tienen en común Vicente del Bosque, el diseñador Raf Simons y los creadores de WhatsApp?

cort.as/2Fwh

6 hours ago · reply · retweet · favorite

FACEBOOK

S

MODA

S Moda en Facebook

Me gusta

A 29,888 personas les gusta S Moda.

Betty

Laura

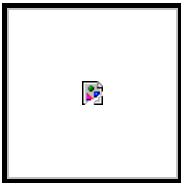
Alla

Bakkar

Vanessa

Plug-in social de Facebook

En los blogs



Virvin: vintage del bueno, sólo online y "made in Spain"

Sin gastos de envío
por VICTORIA SALVADOR

- **Demasiados clichés.** «No hace falta que la piel esté reseca para apostar por un aceite. La gente cree que solo son para dermis muy deshidratadas, pero no es así», recuerda Leticia B. Carrera, farmacéutica y especialista en Bioquímica de Centros Felicidad Carrera. Los hay de todo tipo y con diferentes funciones: protección solar, limpieza, sueros, hidratación, nutrición, etc. Incluso los hay secos derivados de siliconas que se absorben al momento. «Se pueden utilizar sobre la piel húmeda o seca», asegura Carrera.

- **Trucos para aplicar aceites en zonas muy rugosas.** Las zonas más problemáticas son las rodillas, los codos y los talones. «Es necesario exfoliar a conciencia durante un minuto aproximadamente. Así se eliminan las células muertas y garantizamos que los activos hidratantes penetren bien en la piel», explica Leticia B. Carrera.

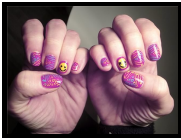
07. MIMOS EN CABINA

- **Hidratación ‘antiaging’ para la mirada.** El contorno de ojos es una de las zonas más sensibles. Los agentes externos se ceban con esta área en verano. Las microinyecciones de vitaminas revitalizan; y las de ácido hialurónico con cánula y toxina botulínica tensan la piel. Precio: 650 euros. José González Vidal en la Clínica Miestétic. Centros en toda España (www.miestetic.com).

- **Cóctel de colágeno.** El tratamiento Dermanen propone un chute de activos como la placenta o el colágeno con microagujas. Su secreto: estas inyecciones estimulan la producción de colágeno. Resultado: la piel se redensifica. El tratamiento termina con una mascarilla de enzimas. Dura una hora y media. En Tacha, en Madrid (www.tachabeauty.com).

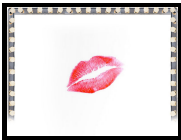
- **‘Peeling’ hidratante, efecto piel de seda.** Este tratamiento corporal es un básico en verano. Es perfecto para prepararse antes de broncearse y para recuperarse después de la playa. Se compone de exfoliación y mascarilla de manteca de karité, omega 3 y aceite de Babassu. Estos activos son ricos en aceites grasos esenciales. Dura 90 minutos y su precio es de 90 euros. En Slow Life House, en Madrid (www.slowlifehouse.com).

- **‘Scrub’ de amapola y limón.** Este tratamiento alisa, relaja, protege e hidrata. «Lo recomendamos antes de ir de vacaciones», informan desde Chi Spa. Arrastra las células muertas gracias a un scrub a base de semillas de amapola y de azúcar moreno. Estos ingredientes llevan calcio, hierro y vitaminas. El masaje con aceite esencial de limón es perfecto para eliminar tensiones. Más beneficios: las vitaminas, minerales y proteínas del aceite de almendra. Hay de dos tipos: de 30 o de 60 minutos y su precio es de 40 o 70 euros. En Chi Spa de Madrid y Barcelona (www.thechispa.com).



ARISTOCRAZY, OPI Y GHETTO
NAILZ

Estar de uñas
por JESSICA ABOU NASSAR



Trenzas para el verano
El blog de Natalia
por NATALIA BELDA

Etiquetas: Edición impresa Edición impresa Smoda n44

Twitter 5

Me gusta 41

0

3

Noticias relacionadas

Placeres

La sastrería de una gran ópera

Placeres

El gusto y lo ‘kitsch’ de Coco Fennell

Celebrities

Manías de estilo

Más noticias relacionadas

¿Maquilladas en la playa? Sí, es posible	Antes y después del destape	¿Es eficaz la nutricosmética?
Moreno de quita y pon	Cosmética táctil: Las mejores aplicaciones móviles de belleza	Siempre hay un autobronceador para ti
Cirugía genital: lo que la verdad esconde	Tutorial nail art	Uñas, cómo conseguir el efecto bicolor