

La polvera

por Teresa de la Cierva



La belleza está en el interior. Pero no toda. El aspecto externo hay que cuidarlo. ¿Quieres conocer lo último en cosméticos, dietas, maquillajes, peinados, depilación, intervenciones de estética...? La respuesta la vas a encontrar asomándote a esta Polvera.



5 claves para estar radiantes al recibir el nuevo año

Publicado por [Teresa de la Cierva](#) el dic 29, 2014

Compartir

1. Activar el despertador de la piel

Después de estos días de fiestas variadas, se trata de **revertir horas al descanso**. La primera medida cada mañana es tomarnos **un vaso de agua ni muy caliente, ni muy fría, sin levantarnos de la cama**, lentamente y a pequeños sorbos. Dicen que **beber tumbado irriga los riñones, facilita la circulación y ayuda a que los intestinos se pongan en marcha**. Y esa misma receta es válida para preservar la frescura y la elasticidad de la piel. Como estará especialmente sedienta en estas fechas (el alcohol deshidrata), otra **medida de emergencia es rociarlo con agua termal** y a continuación, **aplicarnos una ampolla de vitamina C como C-Vit Intensive serum de Sesderma**, que **estira e ilumina el cutis en una mañana de resaca**. ¿Cómo funciona? Se aplica **mediante golpecitos** para que penetren mejor los activos y crea una película que **tensa durante 5 o 6 horas**.



Publicidad

Categorías

- Cosmética facial
- pelos
- Maquillaje
- Medicina Estética
- Hombres
- En forma
- Dietas
- Perfumes
- Tratamientos faciales
- Manos/Pies

Etiquetas

Blogs ABC

- Beatriz Potes: "Si la policía catalana quebrara la ley, por ley tendríamos que intervenir"
- 5 claves para estar radiantes al recibir el nuevo año
- Cuando el PIB de Madrid alcanza al de Cataluña
- ¿Una Convención del PP sin Aguirre?
- La otra Navidad

Calendario de entradas

diciembre 2014

L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

<< nov

Publicidad

Enlaces

ABC.es



(C-Vit de Sesderma, 15 €, 5 unidades en farmacias)

¿Y sabíais que un 'atacón' de turrón además de sumar kilos **'rompe'** fibras de colágeno y **acelera la aparición de flacidez y arrugas?** El 'dulce' se adhiere a las fibras de colágeno, y provoca que estas pierdan fuerza y flexibilidad (glicación). Un consumo excesivo de alcohol + azúcar **se puede compensar con el dúo Ceramide Boosting 5-Minute Facial de Elizabeth Arden**, un sistema de dos pasos que **restaura los daños derivados del exceso de azúcares**. Incluye una **Mascarilla Exfoliante** (enzimática) que **se convierte en espuma** al aplicarla, y **atrapa las impurezas** de forma espectacular; y un **Suero Regenerante** con una textura sedosa (contiene la famosa combinación de ceramidas 1, 3 y 6 de la firma) que **hidrata, repara y calma** la piel alterada. Es un tratamiento de **belleza inmediata** (5 minutos), para **usar una vez a la semana**, en situaciones de 'crisis'...



(Ceramide Boosting 5-Minute Facial de Elizabeth Arden, 99 € en perfumerías)

2. Reavivar la mirada

Es una de las primeras zonas en manifestar el cansancio. Un **truco descongestionante** de la esteticienne [Chelo Candenás](#) que no falla: **limpiar los ojos con suero fisiológico** y a continuación darles un ligero **masaje en movimientos circulares** con la punta de los dedos, sin presionar. Si el objetivo es **suavizar las patas de gallo**, son casi mágicos los **parches rellenadores de arrugas lonto-Patch de Martiderm**. Incorporan unas **micro-corrientes** que se activan automáticamente en el momento de la aplicación y **"fuerzan" la entrada de los ingredientes** que contienen (DMAE, ácido hialurónico y vitamina C), además de estimular la circulación.





(Parches rellenadores de arrugas Ionto Patch de MartiDerm, 4 parejas, 55 € en farmacias)

Y **para iluminar la mirada al instante**, un producto tan milagroso como promete su nombre: **Miracle Cream Ojos de Garnier**. Lo avalan nada menos que **12 patentes, 7 potentes activos** y unos **micropigmentos blancos** que transforman de forma inmediata la luz de la piel.



(Miracle Cream Ojos de Garnier, 11,90 € en perfumerías)

3. Reducir la hinchazón del rostro

Los **cosméticos flash** son los fieles **aliados de nuestras fatigas**.

Si el rostro amanece inflado, la mejor opción son los **hielos drenantes Express Radiance Ice Cube de Anne Semonin**, a base de Gingko Biloba, extracto de calabaza, agua de manantial y ácido hialurónico. Los cubitos **se guardan en el congelador** y a la hora de usarlos **se sacan como un molde, se envuelven en una gamuza** (incluida en el envase) **y se pasan alrededor del rostro**. El frío tiene un efecto **vascularizante y drenante**, y favorece la absorción de los activos descongestionantes.



(Express Radiance ice Cube de Anne Semoïn, 50€, 6 unidades en [ikonsgallery.com](https://www.ikonsgallery.com))

Aprovechemos también que **la piel está sedienta** para utilizar una **mascarilla hidratante durante el baño**. Mejoran de forma inmediata el estado de la piel, porque **la capa córnea se infla y rellena de agua**, produciendo un efecto de **alisamiento de las arrugas superficiales** de mayor duración que con las ampollas. Nuestras favoritas son las **Maskream de Isdin**, unas máscaras de **hidrogel**, una especie de tejido que **concentra un 90% más de activos que las de *tissú* tradicionales**.

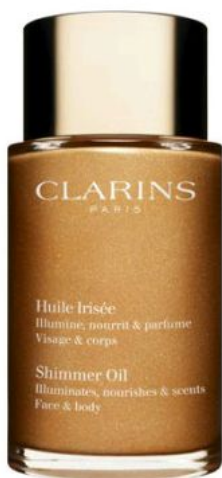


(Máscaras de hidrogel Maskream de Isdin, 6,50 € por unidad, en farmacias)

¿Una receta casera? Es también de [Chelo Candenas](#) y consiste en **echar una pizca de azúcar a un yogurt blanco**, y dejarlo actuar sobre la piel durante 10 minutos.

4. Lucir unas piernas (un escote o una espalda) perfectas.

Puesto que la moda sigue negándonos las medias - aun a riesgo de que acabemos todas con neumonía- **los exfoliantes son la herramienta que alisa nuestra piel** y ayuda a drenar el líquido retenido. La fórmula casera -gracias Chelo una vez más- es **añadir azúcar a cualquier aceite corporal**, y frotarlo sobre la piel. A continuación, **mezclar el autobronceador que sobró del verano con nuestra crema hidratante corporal**, y extenderla con un masaje. El objetivo **no es tanto tostar las piernas como disimular pequeñas imperfecciones**. Un último recurso: los **aceites con partículas brillantes** como *Huile Irisée de Clarins*, que crea **efecto media sobre las piernas**, realiza un escote, devuelve el brillo al pelo, y perfuma de los pies a la cabeza.



(Huile Irisée de Clarins, 55 € en perfumerías)

5. Pies sin roces

Toca superar la última prueba: **subirnos a los 'stiletos' o estrenar los zapatos** que nos dejó el niño Jesús, sin rozaduras. Y como los pantys quedan descartados, hagámonos con unas "tiritas invisibles" - nada más feo que un apósito color carne asomando del zapato-, léase **stick protector anti-ampollas de Sénev**. Esta barra a base de ceras se aplica sobre las zonas donde creemos (o sabemos) que pueden hacernos daño los zapatos, y **forma una película protectora que evita que se formen heridas**.





(Bálsamo protector anti-ampollas Sénev, en [Le Petit Salon](#), [Nenha](#), [Mi calle de NY](#) y [Carlona de Castro](#) en Madrid; y [Miss Puppet](#) en Bilbao)

Otra balsa que acude en nuestro socorro son las **plantillas de gel a medida**, que realizan en la [Clínica Piqueras](#). **Se adaptan a todos las alturas de tacones** y permiten bailar hasta altas horas de la madrugada, sin (más bien, con) descanso. **iHappy feet & happy new year a todos!**

Compartir

[Anterior](#)

[Siguiente](#)

*Cinco tiendas de
cosmética para todos los
gustos*