

izar en España
guidores en EE.UU.
na que fusiona
obática y el pilates,
ada de relax, que se
stica colgada del techo
ar un número infinito de

toda la musculatura
mbate el estrés.
R de Barcelona.



de CLEAR INSTITUTE

- Su avanzada composición química permite a esta mascarilla penetrar hasta el interior del cabello fortaleciéndolo desde el centro y formando una película protectora que prolonga el color.
- Para ello, se sirve de ingredientes como el keravis®, un hidrolizado de proteínas patentado por la firma, de acción fortalecedora, o la leche de algodón, que nutre el cabello en profundidad. Un auténtico regalo para los cabellos dañados que recuperan un cien por cien de brillo, regeneración y resistencia.
- Hay que aplicarla tras el lavado y masajear suavemente durante cinco minutos desde el cuero cabelludo hasta las puntas.
- Precio: 8 euros. De venta en farmacias y parafarmacias. www.clearinstitute.com.



Consejos para una feliz espera

- La actriz Jessica Alba (en la imagen) confesaba en la edición británica de «GQ» experimentar ataques de ansiedad antes de enfrentarse a los posados de estudio. No le importa embutirse en un traje ajustado de vinilo para meterse en el papel de la mujer invisible por exigencias del guión de «Los cuatro fantásticos», pero fuera del plató de rodaje es incapaz de posar ligera de ropa. Se trata de un problema de autoestima surgido a raíz de su embarazo. «No me voy a volver a desnudar, mis senos están caídos, tengo celulitis, y mis caderas son enormes», explicaba. No sabemos lo que hizo durante esos nueve meses, pero numerosos centros de belleza ofrecen programas especiales que aseguran una recuperación absoluta.
- En Felicidad Carrera recomiendan un tratamiento cosmético antiestrías que haga hincapié en la zona de las mamas, el vientre y los muslos; utilizar altos índices de protección solar —tanto en invierno como en verano—, que prevengan la aparición de



las manchas; evitar las grasas saturadas, que ayudan a que la celulitis se instale, y drenajes linfáticos, que alivian la sensación de piernas pesadas.

- Los rituales faciales de limpieza y de hidratación profunda —siempre que eviten principios activos nocivos, como el retinol, el ácido glicólico o el ácido salicílico— son muy recomendables, igual que el tratamiento regulador de la melanina y aparatología suave que no entraña riesgos, como el Icoone, para combatir la acumulación de grasa y la flaccidez.

plástica, reparadora y estética, es claro al respecto, «aunque los avances en farmacología y anestesiología permitirían que la anestesia no supusiera un riesgo importante para el feto, sí que se trata de un factor de riesgo para la madre, sobre todo a partir de un número determinado de semanas de gestación. Otro aspecto a tener muy en cuenta es que el embarazo, junto con el post-parto, supone una serie de cambios fisiológicos que alterarían el resultado estético de cualquier intervención, y

más si hablamos de zonas como las mamas o abdomen». Eso sí, una vez pasado un tiempo prudencial, y si se tiene claro que no va a haber más embarazos, no hay razón para no someterse, si se desea, a una abdominoplastia que alise el vientre o a una mastopexia que reposicione las mamas. Como explica el doctor, «estos tiempos son de entre seis y doce meses para la primera y a partir de tres meses del parto o de la finalización de la lactancia en el caso de una intervención mamaria».

Ya lo he probado



Carlota Casiraghi puede presumir de la fuerza de sus cejas

Microinjerto de cejas

Marta Boira Vara de Rey

Las cejas naturales, incluso algo despeinadas, gruesas y tupidas son una constante en todos los desfiles y un deseo para casi todas las mujeres, sobre todo para quienes han abusado de las pinzas. No sólo enmarcan los ojos; sino que resaltan nuestra belleza y potencian la mirada. Si es su caso, no se preocupe, porque lo último es una técnica de trasplante con resultados y definitivos.

¿En qué consiste?

En trasplantar pelo de una parte del cuerpo a las cejas. Es decir, se escoge el más apropiado en cuanto a calibre, textura o coloración, de las axilas, nuca o de detrás de las orejas. Se trata de un procedimiento ambulatorio, muy poco invasivo, de ahí que la paciente necesite un periodo de recuperación corto, ya que se realiza bajo anestesia local. Consta de dos etapas: la extracción de las unidades foliculares, donde se realizan micro incisiones aleatorias con punches de muy bajo calibre (0,75mm) a profundidad muy controlada. El éxito depende de la habilidad del cirujano al alinear el punche perfectamente paralelo al eje del pelo y hacer el corte para evitar seccionar el folículo. Después, se extraen cuidadosamente con unas pinzas muy finas. En la segunda parte se realiza la implantación de las unidades foliculares, con un instrumento llamado «implanter», que automatiza la incisión-colocación en un solo tiempo. No es necesario el vendaje en las zonas donantes o receptoras y, en cuanto a la intervención, dura alrededor de dos horas.

¿Cómo es el posoperatorio?

La paciente puede hacer vida normal inmediata. El pelo que se trasplanta mantiene su información genética de crecimiento con una fase anágena mucho más prolongada. Hay que recortarlo una vez al mes.

¿Precio? 1.500€ una ceja y 2.500 las dos.

boiramarta@gmail.com

¿DÓNDE? Clínica Mato Ansorena. Tel. 902 00 28 18.
www.mato-ansorena.com