



ESPAÑA

belleza

DEL MAQUILLAJE
EFECTO MORENO
AL AFTERSUN
PROLONGADOR

+25

IMPRESINDIBLES
QUE TRABAJAN
TU BRONCEADO

DORADA Y SEXY

3 MILAGROS
DE BELLEZA

Dieta gourmet
Fitness couture
Fórmulas antiaging

PARA UN CUERPO
A PRUEBA
DE VERANO

TENDENCIAS

vienen para quedarse

recargando PILAS

¿Te da bajón sólo de pensar en el otoño? Recupera la energía a través del descanso, la alimentación, el ejercicio y la piel.
Fotógrafo: Ellen Von Unwerth

Para muchos, entre los que me incluyo, el año nuevo comienza en septiembre, tras las vacaciones de verano. Sin campañas ni uvas, sino tras largas y gozosas jornadas de descanso y diversión que nos devuelven la energía que habíamos agotado a lo largo del curso y nos preparan para abordar una nueva etapa, para poner de nuevo en marcha el reloj y empezar a rodar... e ir cogiendo velocidad sin remedio. Es a comienzo de curso cuando muchos nos hacemos los buenos propósitos: ir al gimnasio, dejar de fumar, leer más y más interesante, reservar un tiempo para una misma... Pero, teniendo en cuenta que llegamos al verano derrotados y con la lengua fuera, conseguirlo es misión imposible si no aprovechamos el descanso vacacional para recuperar la energía, las ganas, el arranque y el entusiasmo.

La doctora Ana María Barranco, del centro de Medicina Estética Génova 10 (Madrid. Tel. 913 191 598), propone despertar los tejidos del rostro mediante una oxigenación profunda. El tratamiento consta de un peeling inteligente de ácido glicólico que deja la piel radiante sin descamarla y una mesoterapia con ácido hialurónico no reticulado, para hidratarla y devolverle la elasticidad.