

998

26 DE MAYO DE 2018
MUJERHOY.COM

mujer hoy

EN PORTADA

Camila
Cabello,
un huracán
cubano en el pop

PSICO

¿Por qué
buscamos la
aprobación del
padre?

mo
Da

EL
COLOR
MÁS
POP



¡SONRÍE!

Buenas ideas para rendirte al optimismo

2 TRIPA Y CINTURA bajo control

► OBJETIVO: aplanar, reducir y recuperar las formas

Si te has pasado todo el invierno disimulando que tu tripa sobresale más de lo que te gustaría, ha llegado el momento de afrontar la situación con un tratamiento de choque y, sí, también unos cuantos abdominales que van por cuenta de la casa (busca un buen tutorial).

► TRATAMIENTO: Bioslimming

Este protocolo tres en uno, que implica masaje y envolturas, trabaja primero todo el cuerpo y luego la zona de vientre, cintura y flancos, mediante masajes enérgicos de efecto drenante con altas concentraciones de extractos botánicos. Se deja actuar a los activos durante 40 minutos en las zonas a tratar, envueltas en una ligera capa de *film* osmótico. Ahí es donde entra en juego la hiperemia, "una estimulación de la

circulación sanguínea que provoca un enrojecimiento de la piel que aumenta la temperatura y activa el metabolismo celular. Es lo que facilita la eliminación de toxinas acumuladas en torno a los adipocitos", explica Ana Gallego, responsable de Bioslimming en España. Después se aplica otra envoltura fría con efecto tonificante y reafirmante, que ayuda a desinflamar y drenar.

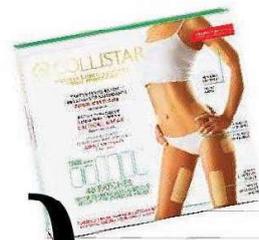
Dónde: en Madrid, en The Beauty Concept (telf.: 91 455 91 87); y en Bilbao, en Juana Sustacha (telf.: 944 23 83 85).

Cuánto: desde 650 €, el bono de seis.

Sesiones: mínimo seis.

TUS ARMAS EN CASA

► Necesitas quemar grasa en esos flancos junto a tu cintura. Y reducir el *muffin top*, que asoma por encima del pantalón y las redondeces en la tripa. Los parches transdérmicos para zonas difíciles son una buena opción.



- Parches Remodelantes Reafirmantes Zonas Críticas de **Collistar** (50,90 €).
- Crema Corporal Ultra-Reafirmante de **Fridda Dorsch** (31,80 €).
- Body Slim Vientre y Cintura de **Lierac** (38 €).
- Nutri-Modelling Corps de **Filorga** (39,90 €).
- Body Sculpt Fango Corporal Remodelante de **Skeyndor** (29,95 €).

3 ESPALDA envidiable

- Huile Prodigieuse Edición Limitada Verano 2018 de **Nuxe** (29,90 €).

- Exfoliante Suave de **Avène Body** (17,30 €).

- Exfoliante Divino de **Caudalíe** (25,20 €).

- Lait Corps Hydratante Velours al Aloe Vera de **Clarins** (27 €).

- Piel Canela de **E'lifexir** (20,90 €).



► OBJETIVO: suave y tersa

Libérala de imperfecciones y haz que recupere la frescura tras tantos meses bajo capas y capas de ropa.

TRATAMIENTO: Modelado Sublime Corporal de LPG

► Se basa en los masajes mecánicos de la endermología, que ayudan a oxigenar la piel, movilizar la grasa, reducir la hinchazón y evitar la retención de líquidos. El tratamiento comienza con la Crema Revitalizante de LPG, de efecto *micro-peeling*, para preparar la piel y continúa con la actuación del cabezal Ergodrive, del equipo Cellu M6 Integral LPG, que trabaja con maniobras de endermopuntura, una técnica de masaje mecánico específica, basada en la digitopuntura china, que estimula de forma muy lenta los meridianos del

estómago, la vejiga, el bazo, la vesícula biliar, las piernas, el abdomen y la espalda. Así mejora el riego sanguíneo, acelera la eliminación de toxinas y favorece la nutrición de los tejidos.

Dónde: Carmen Navarro, en Madrid y en Sevilla (www.carmennavarro.com) y en Estética Lostao, en Zaragoza (www.esteticlostao.com).

Cuánto: desde 80 € la sesión.

Sesiones: con una es suficiente.

TUS ARMAS EN CASA

Empieza con un buen exfoliado y una hidratación en profundidad que recuperen la luminosidad y la elasticidad de la piel. Y si quieres un poco de color,

► empieza ya con un acelerador del bronceado como Piel Canela de E'lifexir, con un precursor biológico que estimula la producción de melanina. ●