

SENIOR

50

Nº 174 - NOVIEMBRE 2016
www.sendasenor.com

PENSIONES
¿Cuál es
su presente?

BELLEZA
Protégete
del frío

VIAJES

**DESTINOS PARA
VISITAR EN FAMILIA**

MADURALIA
¡Consigue
una madurez
saludable!

**CIUDADES
AMIGABLES**
**Las urbes
del futuro**

*Paco
Arévalo*

“El arte nace con la persona”

2 € - Canarias: 2,10 €



NUTRE TU PIEL

frente al frío

Temperaturas excesivamente bajas, viento, cambios bruscos de temperatura, los rayos UV y los ambientes excesivamente secos son algunos de los agentes que hacen que nuestra piel se seque demasiado en invierno perdiendo sus niveles de hidratación correctos. ¿Cómo actuar? Aportando un extra de nutrición para recobrar su tersura y belleza.

» por JUANÍ LORO

Una piel nutrida es sinónimo de una piel sana. Durante el invierno, hemos de mantener los niveles de nutrición adecuados para hacer frente a los agentes, sobre todo externos, que atacan el equilibrio de la piel. Las bajas temperaturas, el viento, las calefacciones e incluso la ropa pesada pueden acelerar la sequedad y el envejecimiento de la piel, una situación que genera tensión y tirantez, señales que nos indican que es necesario recurrir a los productos adecuados para frenar esas consecuencias que no hacen más que debilitar nuestra piel.

La directora de Formación de Shiseido, Consuelo Mohedano, confirma que son esos los agentes externos que más dañan la piel en invierno, "provocando vasoconstricción, oxidación, sequedad, deshidratación, aspereza, rojeces y una bajada de la función de la barrera protectora". Efectos que se notan en la piel de todo el cuerpo en general, pero de manera más especial en la piel del rostro, las manos y los pies, que son las zonas que más sufren en invierno.

El rostro queda expuesto a las temperaturas frías de esta época del año, y lo hace del mismo modo ante el viento y los cambios bruscos, por ejemplo, cuando entramos de la calle (con

Alíate con el dúo perfecto para que el frío no pase por tu piel; UNO: elige una cosmética que te hidrate y nutra. DOS: consume alimentos ricos en antioxidantes, vitaminas y minerales

Nuestra experta



CONSUELO MOHEDANO

Directora de formación de Shiseido

temperaturas próximas a los 3-4 °C) al interior de las viviendas (donde la calefacción suele mantener el ambiente a unos 20-22 °C como mínimo). Mohedano reconoce que sufre el rostro en general, aunque los efectos del invierno se dejan sentir de forma especial en "las mejillas, los labios, el contorno de los ojos, la nariz y las orejas", zonas que tendremos que cuidar con más ahínco, prestándoles una atención más concreta.

Afortunadamente, el mercado nos ofrece multitud de productos que nos ayudan a cuidar la piel en estas circunstancias, cosméticos diseñados siguiendo las últimas tecnologías y los últimos avances, que buscan siempre unos resultados más eficaces. Estos cosméticos ayudan a recobrar la hidratación suficiente, la flexibilidad y a nutrir, aunque según esta experta, deben cumplir, sobre todo, una función reparadora y regeneradora.

Gracias a la enorme variedad de productos (cremas, lociones, sérums, body milk...), encontraremos el más apropiado para cubrir las necesidades de nuestra piel, aquel que más se ajusta a nuestras necesidades dependiendo, por ejemplo, de nuestro tipo de piel, de la actividad que desarrollemos y de nuestra edad.



Nutrición Celular Intensiva, de Germinal. Contrarresta los efectos de los elementos oxidativos en la piel, frena la deshidratación y regenera. Con ácido hialurónico en nanosomas, creamida-3, vitamina C encapsulada, gatuline RP y extracto de té verde. 25,30 €.

www.germinal.es



Skin Complex, de Martiderm. Diez ampollas antiedad y reparadoras que favorecen la síntesis de colágeno y elastina. 39,35 €. www.martiderm.com



Photo Hydra Serum, de Taliika. Primer sérum de hidratación intensa derivado de la Photo Beauty Therapy. La piel está intensamente más fresca y recupera su volumen facial. 49 €. www.taliika.com



Crema Nutritiva Células Madre, de Mi Rebotica. Con aloe vera regenerador, vitaminas A y E, nutrientes y antioxidantes, extracto de centella asiática remineralizante, péptidos antiedad y células madre liposomadas de la vid. 27,50 €.

www.mirebotica.es



Revitalift Láser X3 Doble Cuidado, de L'Oréal París. Tratamiento de día con una alta concentración de activos antiedad y doble acción. Suaviza, ilumina y reafirma la piel gracias a Pro-xylane. 19,95 €.

www.loreal.es



Aceite Belleza de la Piel, de Puresentiel. Revitaliza, reafirma, nutre y embellece gracias a sus aceites esenciales y vegetales. 16,50 €.

www.puresentiel.com



Gel de baño Vita Rich Papaya, de Johnson&Johnson. Enriquecido con extracto de papaya. La gama Vita Rich se compone de geles de baño y lociones corporales en cuatro fragancias: papaya, granada, uvas y agua de rosas. 2,76 €.



Loción Corporal Hidratación Profunda, de Neutrógena. Gracias a la Fórmula Noruega, ofrece la hidratación que la piel necesita frente al frío. 15,20 € (400 ml).

www.neutrogena.es



Intensive Nourishing And Recovery Cream, de Shiseido. Previene la formación de arrugas, repara las líneas de expresión y restaura la barrera protectora de la piel. 105,70 €.

www.shiseido.es



Body Cream, de Rituals of Light. Crema corporal que proporciona una nutritiva hidratación gracias a sus activos botánicos. 17,50 €.

www.rituals.es



Hylaneses, de Sesderma. Complemento alimenticio para que la piel madura gane en firmeza y elasticidad, con colágeno, ácido hialurónico, coenzima Q10, extracto de aguacate y soja y condroitin sulfato. 24,95 €. www.sesderma.es



Intensive Moisturising Cream-Rich, de Selvert. Hidrata la piel durante las 24 horas del día y evita la pérdida de agua, ayudando a recuperar su equilibrio. 57,80 €. www.selvert.com