

mujerhoy

APERTURA EN
ORIENTE MEDIO

**Mujeres
saudíes:**
rebeldes bajo el
velo

CAMBIAR
DE VIDA

**“Y a los 40...
logré ser
YO misma”**

**mo
da**

EL NUEVO
CHIC
URBANO

ALICIA VIKANDER

Una estrella (sueca) contra todo pronóstico



Recarga las pilas de tu rutina beauty

¿El espejo te devuelve un rostro apagado? Necesitas un chute de energía a varios niveles. Te proponemos los activos que pueden compensar los problemas que acechan a tu piel. Por C. URANGA

Tienes a tus células cutáneas agotadas. Toda tú estás al borde de la extenuación, pero donde más lo notas es en tu piel. Y sospechamos que el culpable es tu estilo de vida: te toca madrugar después de acostarte a las mil por ver el *reality* de turno; el estrés es tu estado vital; te alimentas a salto de mata... y cruzas mil veces al día una ciudad coronada por una seta de contaminación. Con estas condiciones, lo raro sería que tu rostro luciera radiante. Estos son los activos que van a poner freno a esos problemas.

Urban Skin Defense Cuidado de Día FP20 Antipolución de Nivea (5,99 €).



Lift-Activ Dosis Anti-Oxidante y Anti-Fatiga de Vichy (33 €).

Elixir Jeneusse Sérum Doble Acción Reparación Anti-Polución de Yves Rocher (19,95 €).



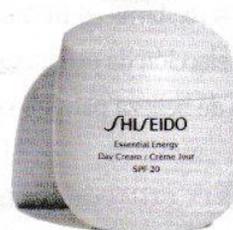
No puedes más con esa cara gris

► **Sobre tu rostro hay una especie de máscara** translúcida que le da esa sensación macilenta. Se produce por la acción continuada de los radicales libres que te acechan en la calle y en los ambientes cerrados. Y porque la falta de sueño también significa una escasez de horas para que la reparación natural del organismo, que sucede mientras duermes, se produzca. En lugar de cambiar de piel cada 21 días, en tu rostro se acumulan las células muertas.

¿Qué necesitas? **Vitamina C y antioxidantes.**

Porque son capaces de acelerar esa renovación celular y, sobre todo, de neutralizar la acción de los radicales libres. Pásate a los nuevos descubrimientos en este terreno, como el Licocalcón A de la línea Urban Skin de Nivea o la aphiolia de Elixir Jeneusse, de Yves Rocher. ¿Lo mejor de la vitamina C? Que, además, contribuye a reducir la hiperpigmentación (manchas potenciales).

Essential Energy Day Cream SPF 20 de Shiseido (73 €).



Moisture Surge Gel-Crema Auto-Hidratante de Clinique (39 €).



Essential Hidraplus de Germalin (30 €).



Se te notan mucho más las líneas de expresión

► **Es como si esas rayitas** que aparecían de vez en cuando se hubieran instalado para siempre. Y también notas esa discreta pero persistente arruguita vertical junto a la boca que se forma de la nariz a la barbilla, justo bajo el peso de tus mejillas. Bienvenida al mundo del envejecimiento.

¿Qué necesitas? **Ácido hialurónico, aquaporinas y neuropéptidos.**

El primero, porque es como un imán para la hidratación. Las aquaporinas, un hallazgo galardonado con el Nobel de Química, aumentan el flujo de agua en la piel. Y los neuropéptidos contribuyen a que tu cerebro envíe las señales adecuadas para que la sensación de hidratación convierta tu piel en un mar en calma.