

BATZAR

Marzo 2013

ARGENTINA

CON NOSOTROS
LARA
STONE

CARINE
ROITFELD
COLECCIONES

Argentina \$21,50
Capital Federal y GBA,
Recargo envío al Interior \$0,50
Uruguay ROU \$70,00
ISSN: 1853-6298
771853 629007 00023

226
PAGINAS
¡DE LA
PASARELA
ALA VIDA!

BELLEZA
EL FUROR DEL
SEX
APPEAL

13
HITS
MODA
2013



La BELLEZA

ARRIBAY. arriba

Cáidas más o menos estrepitosas, estrías, flaccidez, cicatrices... Son varios los males que afectan nuestros pechos. Pero hay pequeños trucos, cuidados y nuevos tratamientos para mantenerlos siempre bellos.

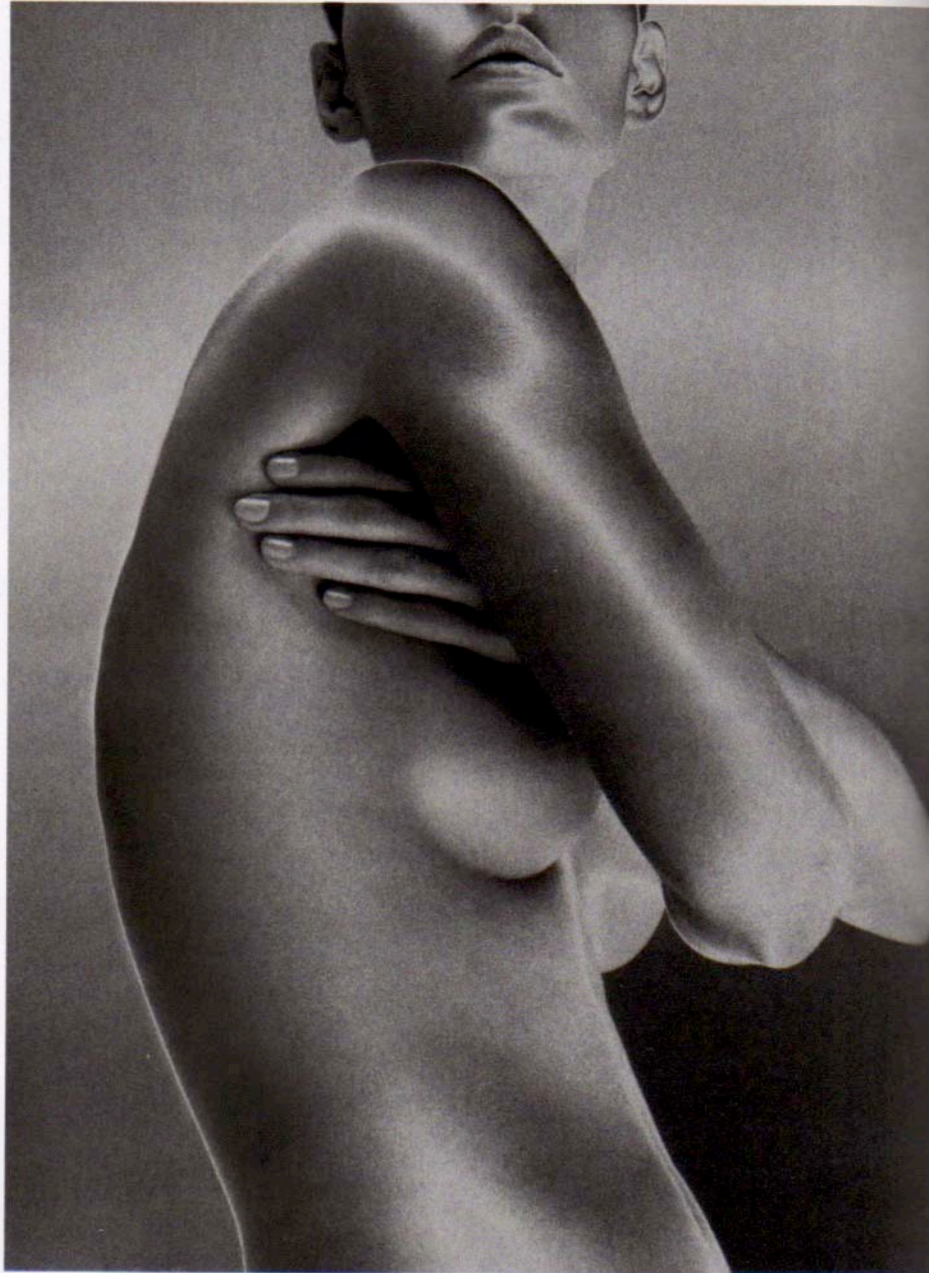
Por Florencia Bidabehere

Cada parte del cuerpo suele tener un arsenal de productos con el que cuidarla. Para piernas, los botiquines se colman de cremas, aceites y geles que aplicamos con constancia y dedicación. El rostro no pasa un día sin su sérum, crema hidratante y limpiadora; las manos tienen su ungüento especial y, asimismo, los pies.

Será porque no tienen celulitis ni acné, o porque están mayormente tapados (y a salvo del sol), pero los senos no suelen entrar en nuestra rutina diaria, ni sus productos tienen lugar especial en nuestro neceser. No es hasta el momento de la lactancia en el que gran parte de las mujeres ponen su atención sobre ellos (y mágicamente aparecen los consejos secretos de amigas o hermanas y las pócimas de las abuelas).

Sin embargo, con o sin hijos, el deseo de todas es el mismo: tener lindos pechos. Y las manchas, la flaccidez, los pezones resecos y, al final del recorrido, las tan temidas estrías, atentan contra este cometido. ¿Lo bueno? Estas molestias pueden disminuirse o hasta solucionarse con ciertas prácticas fáciles y cuidados constantes. En definitiva, consejos de belleza.

Nadie quiere las temidas "lolas caídas", algo que comienza a aquejar a las mujeres a partir de los 30 años. Para evitarlas, las dermatólogas Vanina De Marco y Karina Nadur—directoras médicas de ND Skin, Centro de Derma-



tología Clínica y Estética— proponen comenzar con un ritual básico similar al del rostro: una exfoliación (se hace con la misma técnica y producto de la cara) y su posterior hidratación con alguna crema. "Si se desea tener un busto atractivo, firme, tonificado, una perfecta combinación entre ejercicio, alimentación sana y cuidados diarios es la única clave", explican las doctoras.

Y dan otros consejos prácticos: evitar bajar y subir de peso bruscamente y tratar de mantenerse siempre derecha. "No importa si se está sentada, de pie o caminando, siempre hay que levantar la cabeza al máximo. También realizar caminatas al aire libre y respirar profundamente ayudarán a inflar la caja torácica y obligarán a mantenerse erguida", agregan. Tan importante como es colocar crema hidratante alrededor de los senos, con movimientos ascendentes hacia el cuello, por lo menos dos veces al día: una después de la ducha matutina, ya que los poros se encuentran más abiertos, y otra por la noche, cuando aumenta el ritmo de regeneración celular. Con esta práctica también se evitará la sequedad de la zona. Para la que aparece en los pezones, está indicado el masaje circular con aceite de almendras dulces o de rosa mosqueta.

"Es necesario mantener y potenciar la flexibilidad de la piel con cremas o emulsiones ricas en vitamina A, vitamina E y alantoína", señala la doctora Mónica Maiolino, asesora de Dermaglós. Al mismo tiempo, se mejora la elasticidad de la piel, lo que previene la aparición de estrías. "Las estrías se producen por

LOS ALIADOS

ACEITE DE ROSA MOSQUETA. Tiene un elevado contenido nutritivo, virtudes correctivas y de regeneración celular. Es generador natural de colágeno.

ACIDO CITRICO. Promueve la formación de colágeno y mejora la calidad de las fibras elásticas. Actúa como antioxidante y alivia el eritema que se puede producir luego de la exposición a los rayos ultravioletas.

ACIDO HIALURONICO. Se emplea para la hidratación y turgencia.

ALANTOINA. Un cicatrizante natural que sirve para acelerar el proceso de desprendimiento de las células muertas o envejecidas. Ayuda al crecimiento del tejido.

COLAGENO. Es lo que da la mayor flexibilidad a las fibras de la piel. Aporta nutrición.

COENZIMA Q-10. Controla la acción de los radicales libres. Contribuye a reparar los daños aumentando el grosor de la piel. Su uso puede retrasar el proceso de envejecimiento cutáneo. Frena la pérdida de colágeno.

ELASTINA. Cumple funciones estructurales. Forma una capa en la piel que ayuda a mejorar la humedad.

ALOE VERA. Tiene calcio, magnesio, fósforo, potasio, zinc y cobre. Es emoliente e hidratante, regenerador, cicatrizante y tonificador. Contiene hormonas vegetales que estimulan el crecimiento celular.

la rotura y pérdida parcial de fibras de colágeno y elastina y, por esta razón, se las podría definir como cicatrices", explica, por su parte, la doctora Mariela Jaén, directora de Jaén Dermatología y Estética. "Es muy común creer que no tienen solución, pero hoy en día, con los tratamientos adecuados, pueden volverse casi imperceptibles".

El primer consejo es acudir al dermatólogo apenas aparecen (cuando todavía lucen de color violáceo o rosado), pero en el caso de que ya tengan varios años, se puede recurrir a diversos tratamientos no invasivos similares a los que se usarían en el rostro. Por ejemplo, los **peelings físicos** (la microdermoabrasión con puntas de diamantes o de microcristales de hidróxido de aluminio), que remueven las capas superficiales de la piel y estimulan su regeneración. Los **peelings químicos**, por su lado, tienen el mismo efecto ya que aumentan el colágeno, los glicosaminoglicanos, las fibras elásticas, la vascularización y la humedad local, y hacen que la piel se vea rejuvenecida ("Con lo cual, las estrías

se disimulan", apunta la dermatóloga).

La tecnología también se ha puesto al servicio de borrar estas molestas líneas: la radiofrecuencia Accent, que produce un calentamiento gradual de la piel, actúa sobre las fibras existentes de colágeno, fortaleciéndolas y estimulando su formación; mientras el láser Pixel 2940 Erbium YAG atenúa las imperfecciones, remueve la epidermis y la dermis superficial y provoca un efecto similar al de una quemadura controlada. Otra opción reparadora es la del NIR/infrarrojo, un tratamiento que se basa en la estimulación de la formación de colágeno. "También suelen combinarse algunas tecnologías con mesoterapia realizada con ácido retinoico y otras sustancias que aseguran un mejor resultado—agrega la doctora Jaén—, pero es fundamental la consulta con un dermatólogo para que aconseje según cada piel".

Por último, nunca hay que subestimar los consejos de antaño: decirles sí a los buenos corpiños y, por qué no, terminar el baño con un chorro de agua fría. ■

LOS PRODUCTOS



Bushi, línea para la lactancia. Crema de Caléndula (\$22,42).
Dermaglós, crema terapéutica (\$29,50).
Cetaphil, crema para cara, cuello y escote (\$128,94).

FOTOS: STRALLINO; TRUNK ARCHIVE. DERECHOS RESERVADOS.