

Fecha: Octubre 16
 Medio: Más y Más
 Producto: Eyebrow Lipocils INK

1€ ¿SERÍAS MADRE A LOS 62 AÑOS? EL CASO DE LINA ÁLVAREZ REABRE UN DEBATE PÁG. 25

TE CONTAMOS

más y más

CORAZÓN • TELE • SALUD • OCIO • IDEAS

N.º 04 - DEL 24 AL 30 DE OCTUBRE DE 2016




LA PREYSLER
PIENSA EN BODA
 «No me casaré de blanco»



CARLOS LOZANO
VUELVE CON SU NOVIA



ROCÍO
SE QUEDA SOLA
¡TODOS CONTRA ELLA!
 Las claves de la guerra familiar




¿QUIÉN ES SU AMIGO?
ROSA LÓPEZ
& CON EL CORAZÓN



Nuevos problemas
EL DISGUSTO
DE MARÍA TERESA

TE DAMOS **más y más**
UN OTOÑO ESPECIAL LLENO DE TRUCOS

- Las mejores recetas
- Consejos para tu hogar... ¡y mucho más!




Fecha: Octubre 16
 Medio: Más y Más
 Producto: Eyebrow Lipocils INK

más:más
BELLEZA

Rejuvenece durante el sueño

Mientras tú duermes, tu piel se recupera y regenera. No pierdas ese tiempo tan valioso y levántate con un rostro radiante.

Durante el día, la piel se ve expuesta a multitud de agresiones externas como los maquillajes, el sol, la contaminación o la falta de sueño y la mala alimentación. Por la noche, mientras descansas, la piel aprovecha para recuperarse. Una pequeña ayuda puede ser vital para obtener unos resultados sorprendentes.

*** REGENERACIÓN**

Esa es la clave. Y la mejor ayuda es la melatonina. Esa hormona, que nos ayuda a dormir también, es un potente antioxidante. Durante el sueño comienza el proceso de regeneración de la piel. Pero no vale una siesta a mediodía. La melatonina funciona en la oscuridad, y sus horas fuertes son entre las once de la noche y las tres de la mañana. Por eso, cuando trasnochamos, la piel lo nota enseguida.

*** MÁS RECEPTIVA**

Por la noche, la piel trabaja más rápido. La renovación celular se acelera, por lo que es el momento ideal para aplicar los tratamientos que se necesitan. Nuestra piel está más preparada

para absorber los principios activos y todas las propiedades de las cremas que nos apliquemos antes de ir a la cama.

*** ¿CUÁL ELIJO?**

La oferta es amplia, por lo que a veces cuesta decidirse. En cuanto a la textura, es mejor comenzar por una más fluida para ir pasando a cremas más untuosas con el tiempo. A la hora de mirar los ingredientes, busca productos que contengan algunos de estos ingredientes: la coenzima Q10, que ayuda al metabolismo de las células de la piel y protege de los radicales libres; o el retinol (la vitamina A), que consigue algo parecido. Las que contienen ácido hialurónico también son una buena opción.



SUSANNA GRISO luce un rostro radiante y rejuvenecido a sus 47 años.



Idealia, de Vichy. 13,90 €.



Esencia nocturna, de Nivea. 13,95 €.



Rich Restoring Night Cream, de Rituals. 16,50 €.



Sleeping Cream, de Garnier. 11,90 €.

¡NUESTRO CONSEJO!

Dale protagonismo a las cejas

Se acabó el sufrir con la pinza para conseguir unas cejas perfiladas y finas. Esta temporada, la moda dicta que sean tupidas. Eso no quiere decir que no tengas que quitar algún pelo para conseguir dar forma.

- Para resaltar la mirada, puedes maquillarte los ojos con un ligero ahumado en tonos marrones o burdeos.
- Imprescindible perfilar bien el ojo por dentro para evitar tener una mirada triste o apagada.

- Para ayudarte, tienes un gran número de productos en el mercado. Busca el que mejor se adapte a tus necesidades, ya sea definir, dar forma, peinar y fijar, rellenar o incluso maquillar. No hay excusas para empezar a prestar atención a tus cejas.



Cera, de Bobbi Brown. 25 €.



Sérum, de Talika. 15,95 €.

