

Fecha: Octubre 16
Medio: Semana
Producto: Eye Quintessence

TALIKA
PARIS



www.semana.es

SEMANA

4.000 semanas juntos

En Málaga, con su marido
LYDIA LOZANO
muy elegante
de boda

EXCLUSIVA
KIKO Y MAKOKÉ
**Lujosa
Luna
de miel**

En Miami
y las
paradisiacas
Islas
Providenciales

El cocinero Benji Aparicio
LAURA MATAMOROS
presenta a
su nuevo novio

4.900€



Fecha: Octubre 16

Medio: Semana

Producto: Eye Quintessence

Los productos aliados



► Ampollas M'Poile Concentrates SPF, de Babor.



► Sérum Codage Paris 'Fall in Love', de Codage. 119 €



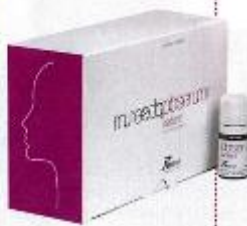
► Contorno de ojos día y noche, de Talika. 45 €



► Sérum de Vitamina C, de Matriskin. 72 €



► Boosted Contouring Eye Mask, de Taka Harper. 171 €



► PB Sérum Daily Radiant Queratinasa, 43 €

● Primer paso

Se infiltran (mesoterapia), en dos sesiones, vitaminas (indoloras), enriquecidas con ácido hialurónico. Este ácido, que lo tenemos de forma natural en la dermis, pero que se va perdiendo poco a poco con el paso del tiempo, rehidrata la piel en profundidad. Resultado: mejorar la elasti-

cidad y atenuar las arrugas, y ganar luz.

● Segundo paso

Se realiza un peeling químico para eliminar las células muertas y atenuar las manchas.

● ¿Dónde?

Clinicas Zurich.
Tel. 902 879 121.
www.clinicaszurich.com



CONSULTORIO DE
CARMEN
NAVARRO

INYECCIÓN DE ENERGÍA PARA UN ROSTRO PERFECTO

Si hay una época del año en la que nuestro cuerpo y nuestra mente necesitan recargar pilas, es el otoño. Incorpora alimentos ricos en magnesio o cambiar algunos hábitos de nuestra rutina de verano marcarán la diferencia.

Empieza día con un cóctel de Vitamina C para tu piel. Te ayudará a combatir el envejecimiento cutáneo. Notarás el frescor en tu rostro, agotado por el estrés de la vuelta al ritmo frenético de ciudad y por la exposición solar del verano. Otra buena opción es acudir a nutricosméticos como ImmuAge. Estimula de forma natural nuestras defensas, tan de bajón en otoño al volver a la rutina después de las vacaciones. A base de extracto de Papaya fermentada nos ayudará a disminuir el estrés oxidativo.

Por la noche será el resveratrol tu mejor aliado ya que se trata de un antioxidante muy potente. De manera natural puedes encontrarlo en las uvas rojas, en grosellas y en moras. No olvides hacerte una exfoliación en profundidad. Nuestra piel se renueva de manera espontánea cada 28 días y las células muertas son reemplazadas por las nuevas. Pero cuando estamos en momentos de estrés o cansancio, como suele pasarnos en otoño, esa renovación es mucho más lenta y necesita una ayudita. En casa, una vez a la semana, un buen peeling renovará e hidratará tu piel. Pon la guinda acabando tu ducha aplicando agua fría desde los pies hasta los glúteos.

Incluye alimentos que te aporten energía. Los cítricos, fundamentales por su aporte de vitamina C, fortalecen nuestras defensas. Son también ricos en flavonoides que nos ayudarán a combatir los problemas circulatorios que acentúan esa sensación de agotamiento permanente. Incorpora a tu dieta un puñado de pistachos, solos o como complemento en una ensalada resultan perfectos. Son ricos en potasio y nos proporcionan ese plus de energía tan necesario en otoño. Y no olvides que su aporte de magnesio nos ayudará a mantener a raya la melatonina, la hormona que regula el sueño y que se altera cuando nos falta magnesio.

