



Foto: Lancaster

# CUIDARSE NO ES COSA DE NIÑAS

Es inevitable que, a partir de la tercera década de la vida, los signos del paso del tiempo comiencen a dejar su efecto en nuestro cutis: la piel no se muestra tan radiante. Es a partir de esta edad cuando la cosmética comienza a convertirse en una gran aliada para retrasar la aparición de las arrugas, por lo que es entonces cuando deben comenzarse a usar las cremas antiedad, por ejemplo cremas nutritivas de noche, pues es a partir de esta edad cuando la piel comienza a disminuir su producción lipídica, que se combate con estos ingredientes nutritivos.

Ante todo, se debe tratar la piel en función de su tipología (grasa, seca o mixta). Y es importante empezar a intensificar los tratamientos en aquellas zonas más frágiles y propensas a tener arrugas, como el contorno de ojos, el contorno de los labios y el cuello. Por ello, es importante comenzar a usar un gel hidratante para el contorno de los ojos, una limpiadora adecuada a tu tipo de piel para usar cada noche, y, si sientes la piel tirante

o algo seca, una crema que bien puedes aplicar en todo el rostro o sólo sobre las áreas más necesitadas, como las mejillas, el cuello y el escote.

A partir de los treinta más o menos, y dependiendo de la cantidad de sol que hayas tomado, comienza a ser más importante la regeneración, con cosméticos que ayuden a reparar, o bien que reactiven la microcirculación cutánea para evitar que el cutis se torne apagado.

Si no sientes tu piel demasiado tirante ni seca, no le hacen falta cremas muy untuosas, pero esto no quiere decir que la hidratación no sea fundamental: lo más importante es proteger cada mañana con hidratantes ricas en antioxidantes y con filtro solar.

En caso de manchas, debes optar por una hidratante con índice de protección solar 15 cada mañana.

## Cómo cuidar la piel a los 30 años

A partir de los 30 años hasta los 45 años aproximadamente los primeros signos irreversibles aparecen; marcas, arrugas y pérdida de vitalidad. Es el momento de hidratar no solamente por el placer sino también hacerlo más intensamente para actuar a modo de reparación y prevención a fin de contrarrestar los efectos del tiempo responsables de las marcas y prevenir la relajación de los tejidos.

### Reversible First Signs , Lancaster

Lancaster ha desarrollado tecnología 3D, que actúa contra los primeros síntomas del envejecimiento en la piel: Disminuye las líneas de expresión, destensa los síntomas de la fatiga, defien- de la piel, demorando la aparición de los primeros signos del envejecimiento.

53,00€

### Premier Geste , Stendhal

El 1er Tratamiento anti-edad de Acción Global PUR LUXE para las mujeres más jóvenes actúa con una doble acción para frenar el paso del tiempo: actúa como un escudo contra el tiempo y contra las agresiones externas gracias a la asociación inédita de principios activos de gran eficacia.

115,20€

### Happilogy , Guerlain

Para combatir la pérdida de la luminosidad y la aparición de las primeras arrugas, Guerlain ha creado el complejo "pro-endorfinas". Este complejo estimula las células cutáneas que liberan endorfinas, las moléculas de la felicidad.

79,20€

### Skin Saver , Jeanne Piaubert

Skin Saver es capaz de preservar, verdaderamente, el capital de juventud de la piel con una doble eficacia: de forma inmediata y visible dejando la piel mejor construida y a largo plazo, la piel queda más joven durante mucho más tiempo. Aplicar mañana y noche sobre rostro y cuello con un suave masaje.

70,65€

### Primordiale , Lancôme

Una crema de textura sedosa y una protección SPF 15 para un tratamiento de día ultra eficaz contra los 1eros signos de la edad. Inmediatamente la piel está alisada, resplandeciente de vida. A partir de 3 días, renace una nueva textura de la piel: radiante, más perfecta, llena de vida, como reavivada.

66,87€

### Hydramax + Active , Chanel

El hidratante diario ideal para pieles que buscan suavidad y confort. Una sorprendente crema: terciopelo en la aplicación, se funde en la piel con ligereza. Prueba toda la gama y disfruta de una piel totalmente hidratada.

53,10€

