

Vista cansada:  
12 RESPUESTAS  
A TUS DUDAS

Dieta  
6 DESAYUNOS  
QUE TE CUIDAN  
(antiestrés,  
superenergético,  
nutritivo...)

Sexo  
¿FUNCIONA LA  
VIAGRA  
FEMENINA?

DEBATE

¿DAR EL PECHO  
EN PÚBLICO  
¿Un derecho o una  
excentricidad?

Día del Padre  
Los mejores diseñadores

Moda

EL NUEVO  
GUARDARROPA  
BÁSICO  
a precios 'light'

Paula  
Echevarría

El triunfo de  
un estilo propio

En exclusiva

## Make up tendencias de primavera

LOS MAQUILLADORES DE LAS FAMOSAS  
NOS CUENTAN LO QUE SE VA A LLEVAR  
Sus secretos, sus imprescindibles...  
para estar irresistible



### TOMAR MEDIDAS

DISCIPLINA, POR FAVOR

Asociada a una buena dosis de constancia, la cosmética antiestrías puede prevenir, difuminar y reducir.

**BIOESTIMULACIÓN CON FACTORES.** El nombre oficial es Eliminación de Estrías con Factores de Crecimiento Plaquetario de Células Madre y Peeling. Parte de una dermoabrasión -un peeling que elimina la primera capa de corneocitos y favorece el metabolismo-. Después, se toma una muestra sanguínea del paciente para extraer factores de crecimiento plaquetario que se inyecta en la zona de la marca. Es eficaz para todos los estadios evolutivos de la estría. Los resultados se apreciarán desde la primera sesión. Precio: 99 euros. En Cres Island Medical Center.

**ACTIVE FX. MÁXIMA PUNTERÍA.** En este caso, se utiliza un láser de CO<sub>2</sub> fraccionado que consigue un rejuvenecimiento de la piel de la zona a tratar y, por tanto, una mejora del aspecto de las estrías, difuminándolas. En cada caso, se necesita una determinada cantidad de sesiones, dependiendo de la gravedad del problema. Precio: a partir de 190 €/cada sesión. En Corporación Dermoeástica.

### Cosmética High-Tech

A la hora de hablar de cosmética antiestrías hay que diferenciar muy bien entre prevención y tratamiento. La prevención se puede practicar siempre que podamos anticiparnos a una situación de riesgo (embarazo, seguir una dieta de adelgazamiento, empezar a entrenar en el gimnasio...). En ese caso, se trata básicamente de asegurarse la nutrición de la piel y regalarle activos que velen por la integridad de las fibras de colágeno y elastina.

Para tratarlas, una vez han marcado tu piel, hay que recurrir a otros ingredientes.

**INGREDIENTES 'DE FIAR'.** Como señala la doctora Elena de las Heras, "para mejorar las estrías leves es muy eficaz la centella asiática, seguida, en segunda instancia, por el aceite de rosa mosqueta y el lactato amónico, así como el dexpanthenol y el ácido hialurónico". Con las estrías rosadas -de nueva formación-, funciona mejor el ácido retinoico. Sin embargo, a la hora de tratar las blancas, la doctora

### AGENDA SECRETA

- Corporación Dermoeástica. Clínicas en toda España. Telf. inf.: 902 25 25 25. [www.corporaciondermoeastica.com](http://www.corporaciondermoeastica.com).
- Carmen Navarro. Centros de belleza en Madrid y Sevilla. Telf. inf.: 914 45 06 32 y 954 21 93 79. [www.carmennavarro.com](http://www.carmennavarro.com).
- Estética Lostao. C/ Madre Viedrera, 18. Zaragoza. Telf.: 976 21 80 00. [www.esteticalostao.com](http://www.esteticalostao.com).
- Cres Island Medical Center. Centros en Madrid, Barcelona, Valencia y Palma de Mallorca. [www.cres.com](http://www.cres.com).
- Instituto Médico Laser. C/ General Martínez Campos, 33. Madrid. Telf.: 917 02 46 27.
- Clinica Planas. En Barcelona (932 03 28 12) y Madrid (915 78 46 76). [www.clinicaplanas.com](http://www.clinicaplanas.com).
- Centro Médico Estético Felicidad Carrera. C/ Castiello, 67. Madrid. Telf.: 914 35 17 24. [www.felicidadcarrera.com](http://www.felicidadcarrera.com).
- Clinica Vallehermoso. C/ Vallehermoso, 84. Madrid. Telf.: 911 73 97 09. [www.clinicavallehermoso.com](http://www.clinicavallehermoso.com).

recomienda recurrir al ácido glicólico combinado con el retinoico.

En las cremas de vocación antiestrías es habitual encontrar estos activos en la lista de ingredientes, así como la manteca de karité -ultram nutritiva- o el aceite de macadamia -de acción regenerante-.

Es fundamental hacerlas penetrar bien en la epidermis, masajeando la zona a tratar con movimientos circulares o ascendentes. Y no te relajes, la batalla contra estas marcas es una carrera de fondo y se gana con tiempo y constancia. ■



### ABDOMEN 10

La cosmética realfirmante específica para la zona del vientre puede prevenir la aparición de las estrías.

