

## DEPILARSE DEFINITIVAMENTE

Para llegar al verano sin vellos molestos, hay que comenzar con la depilación definitiva cuanto antes, ya que las sesiones se deben espaciar cada treinta días. Dos sistemas nuevos aseguran máximo confort y resultados impecables. Candela (desde \$190 la sesión en M&D Dermacycle) es un láser de Alexandrita que viene acompañado por un dispositivo de refrigeración que pulveriza un rocío de criógeno refrigerante antes y después de cada pulso láser para proteger la piel. Como bonus: mientras depila, mejora la apariencia de la piel tratando pequeñas imperfecciones. Con un sistema muy similar, el novísimo Soprano Ice (desde \$180 la sesión en Lasermed) suma, al clásico sistema de depilación,

una punta de zafiro fría que protege la epidermis al mismo tiempo que mantiene el calor en la dermis, donde se sitúan los folículos. Se recomiendan entre ocho y diez sesiones.

## RECUPERAR FIRMEZA

Thermage es un clásico entre quienes buscan resultados visibles al instante. El famoso "lifting del almuerzo" cumple diez años y sigue siendo de los equipos de radiofrecuencia más avanzados para el tensado de la piel en una sola sesión. Thermage (desde \$14.000 en Tendencia Estética del doctor Fernando Sconfienza) llega a las capas profundas de la piel provocando la retracción de las fibras del colágeno y la elastina. La piel recupera su firmeza, disminuyendo la flaccidez de manera progresiva hasta seis meses después del tratamiento. También se usa a nivel corporal para combatir la celulitis, modelar y tensar la piel. Las sesiones duran de una a dos horas.

## MEJORAR LA PIEL

El doctor Pablo Sánchez Saizar recomienda una sesión combinada de Microdermoabrasión + Peeling enzimático + Mesoterapia francesa Filorga (\$1.500 por sesión combinada en Concepto Estético). ¿En qué consiste? Primero, una exfoliación rápida. Luego, el *peeling* enzimático, que es una forma suave y eficaz de acelerar la exfoliación natural de la piel para revitalizarla. Mejora el tono y la textura, otorgando una apariencia más fresca, y requiere un tiempo de recuperación menor que el *peeling* químico. Como final, a través de la mesoterapia francesa, aplican un complejo nutritivo polirrevitalizante. Su componente principal es el ácido hialurónico, y cuenta con otros 54 ingredientes (vitaminas, aminoácidos y minerales) que nutren al máximo la piel, mejorando su textura y luminosidad. Es ideal realizar tres sesiones cada siete días.

to de poros, el incremento o aparición de manchas, todos daños producidos en el verano por la exposición solar. Hay que comenzar con dosis bajas e ir aumentando gradualmente según la tolerancia de la paciente. Además, pueden comenzar a usarse despigmentantes como la hidroquinona o el ácido kójico", agrega el dermatólogo Fabián Bottegal. La hidratación también debe subir un escalón: "El cambio de temperatura suele hacer que nuestra piel requiera más humectación; de ahí que los productos deben tener mayor tenor graso para evitar la pérdida insensible de agua o perspirarían", sugiere Bottegal. Las exfoliaciones suaves semanales ayudarán

a eliminar las células fotoenvejecidas y, sobre todo, no hay que olvidar que, si bien los rayos solares son más débiles a medida que llega el otoño, los UVA son constantes todo el año, por lo que el protector solar sigue siendo nuestro aliado permanente. ■

*El otoño es el momento de empezar a recuperar cara y cuerpo de los daños producidos por el sol, el viento, la arena y los cambios de dieta.*

## ADOPTAR BUENOS HABITOS

Es el momento de armar las rutinas para todo el año. Más allá de los gabinetes y los aparatos de última generación, el estado de la piel se construye todos los días frente al espejo de casa. La dermatóloga Lilian Demarchi, directora de Concepto Estético, sugiere rever los productos que utilizamos: "En verano, se trata de no dar ácidos que sean fotosensibles y, a partir de marzo, si la paciente ya no toma más sol, es importante cambiar las cremas por otras que nos ayuden a eliminar las células muertas, desmanchar la piel y tener un efecto *antiage* más importante", explica. ¿Cuáles son las indicadas? "Aquellas que contengan vitamina C, ácido hialurónico y gel de colágeno", aporta la dermatóloga Silvana Dato. También sumar ácido retinoico, "que actúa sobre el engrosamiento de la piel, el aumento sebáceo con agrandamiento