

GLOW!

SI LO TIENES... ¡SE NOTA!

A 30 AÑOS DEL TERREMOTO ¿QUÉ HACER PARA RECONSTRUIR HOY A MÉXICO?

VISTO *luego existo* ESTE OTOÑO SE LLEVA EN LA PIEL TENDENCIAS FALL/WINTER

Sasha

"ESTOY MUY VIVA PORQUE NO TENGO LOS OJOS ABIERTOS SINO DESPIERTOS"

BELLEZA * VANIDAD

APUESTA POR LOS SUEROS

Los sueros reafirmantes y tensores ofrecen resultados fabulosos en cuello y escote al reducir visiblemente las líneas de expresión. Para un efecto que te sorprenderá en las primeras 12 horas, prueba Collagenist V-Lift, de Helena Rubinstein, que reafirma al instante y ayuda a afinar el mentón. También amamos el poder de estimulación del colágeno y la elastina naturales de la piel que ofrece el Lifting Contour Serum, de La Mer.

EJERCÍTATE

Dado que el cuello no tiene una estructura ósea a la cual adherirse, ejercitar sus músculos es esencial para mantenerlo en forma. Un excelente ejercicio que puedes realizar casi en cualquier momento es poner el codo sobre una mesa y tu mentón sobre el puño (imitando a *El Pensador*, de Rodin). Ahora, intenta abrir la boca mientras aplicas resistencia con el puño, mantén la posición diez segundos, suelta, descansa cinco y repite cinco ocasiones.

CUIDA TU POSTURA

Mantenerte derecha, con el mentón paralelo al piso, evitará la flacidez, la papada y esas horribles líneas en el cuello. Evita posiciones prolongadas que provoquen pliegues, como sostener el teléfono entre el cuello y el hombro, leer mientras estás recostada o dormir con almohadas demasiado bajas o altas.

OXIGENA

Te sorprenderá lo que una dosis extra de oxígeno puede hacer por tu piel. Una vez por semana, aplica la mascarilla Essential, de Karin Herzog; contiene 2% de oxígeno, vitamina A y aceites esenciales de toronja, limón, naranja y mandarina; ingredientes que no sólo darán un efecto *lifting*, sino, además, mejorarán la calidad de la piel.

Escote y Cuello es uno de los mejores tratamientos correctivos para la zona, ya que disminuye las manchas, reafirma y rellena las líneas; mientras que la Crema de Cuello Multi-Regenerante actúa aún más arriba, remodelando el contorno del rostro, gracias a su efecto tensor que refuerza las fibras de colágeno, dejando la piel lisa y reduciendo las arrugas y el doble mentón.



HASTA EL CUELLO

Lo bueno: nuestro cuello es un zona irresistible para el sexo opuesto. Lo malo: se deteriora más rápidamente que la piel del rostro. Lo mejor: existen fascinantes productos y tratamientos que lo mantendrán firme, hidratado y más reluciente que nunca.