

# VOGUE

MÉXICO

SEPTIEMBRE 2015

REVOLUCIÓN DE OTOÑO  
TONOS ENERGY,  
GRAFICOS POP  
Y EL CLASICO OXFORD...  
Así llevarás la pasarela

## Grandes ÉXITOS

La temporada empieza aquí...  
Joan Smalls protagoniza una lección con los estilos más chic (EN PORTADA)

#SELFIE READY  
LAS CLAVES PARA UNA PIEL IDEAL

ÍCONOS DE HOY DEL KAISER, A LAS NUEVAS TOP MODELS CON SANGRE LATINA

ENO REGRESA LA STREET PARTY MÁS ESPERADA FASHION'S NIGHT OUT!

\$47



## TRATAMIENTO Belleza

El cepillo resulta un instrumento más efectivo si lo que se busca es remover impurezas, especialmente en el caso de partículas como el hollín. Si no usas un cepillo o tu piel es muy sensible, lo ideal es agregar un suave exfoliante a tu rutina de noche. "Limita su uso a cada dos noches", recomienda la doctora Tanzi. Como paso final, empapa una almohadilla de algodón con tónico y después pásalo por tu piel. "Vale la pena hacerlo cuando vives en una ciudad grande", recomienda la doctora Day. "Recoge cualquier residuo que se haya quedado atrapado", continúa la doctora especialista.

Consiste el segundo paso en neutralizar. Cuando la contaminación penetra en la piel, crea radicales libres, moléculas altamente inestables que tienen efectos en tu piel en su búsqueda para robar el electrón de una célula sana y, por consiguiente, dañándola. "Literalmente, hacen hoyos en el colágeno, que es lo que da

firmeza a la piel", explica Draelos. Toda esta destrucción también aparece como hiperpigmentación y líneas delgadas. Los radicales libres pueden incrementar la inflamación, que empeora el acné y la rosácea. Y eso no es todo. "Lo peor es que pueden causar daños en el ADN y mutación de célula, lo que puede conducir al cáncer", comenta el doctor Draelos. Pero hay una solución: los antioxidantes. Estos nutrientes pueden donar un electrón donde se necesite, neu-

“La clave consiste en emplear protección solar diaria, consumir antioxidantes y someter a la tez a una limpieza correcta. Además se reduce el riesgo de cáncer de piel”

tralizando al radical libre y disminuyendo su acción nociva en la piel. "Las investigaciones demuestran que los antioxidantes aportan uno de los mejores tratamientos para prevenir o reducir el daño de los radicales libres", dice David McDaniel, doctor y profesor asistente adjunto en Old Dominion University, en Norfolk, Virginia. Para proteger la piel, aplica un suero con antioxidantes por la mañana y repite por la noche para aumentar su poder reparador. Come alimentos ricos en antioxidantes

como moras, verduras de hoja verde y frijoles. "Juegan un extraordinario papel en la habilidad del organismo para auto repararse, particularmente a la piel", recomienda el doctor Gilbert.

Y el tercer paso: crear un escudo protector. La contaminación no solo daña la piel, sino que también contribuye a la erosión de la capa de ozono, que ayuda a protegernos de los rayos dañinos del sol. De modo que recibes una mayor

exposición al sol que nunca, incluso en días fríos y nublados. "Sabemos que los rayos UV son más potentes", dice Day. "Eso significa un

aumento en quemaduras solares, y como los rayos UV se convierten en aceleradores, la hiperpigmentación o inflamación empeora". Aplica un grado de protección 30 diariamente: las últimas fórmulas contienen antioxidantes, impulsando sus poderes contra la contaminación. "La clave es utilizar un protector solar, consumir antioxidantes y realizar una limpieza correcta. De esta forma también se reduce el riesgo de cáncer de piel", afirma la doctora Day. —ELIZABETH EINSTEIN



### renovar el lienzo como misión

Un rostro impecable, libre de imperfecciones causadas por la contaminación, comienza con un proceso de higiene facial completo.

1. Tonic lotion, de Karin Herzog.
2. Crema Idéalia Skin Sleep, de Vichy.
3. Cepillo eléctrico, de Clarisonic.
4. Protector solar Dream Screen, de Benefit.
5. White Lucent Sunscreen, de Shiseido.
6. Suero Elixir Précieux de Cinq Mondes.
7. Daily Reviving Concentrate, de Kiehl's.