

VOGUE

MÉXICO

ENERO 2017

¡LLEGÓ EL 2017!

Tendencias minimal, el triunfo del black & white y a flora en 3D

La nueva guardia de modelos mexicanas

Ellas son...
EL INICIO

En portada Mariana Zaragoza

BEAUTY RESET SPAS BAJO CERO GRADOS Y TIPS QUE RENEVAN DESDE EL INTERIOR

Problemas dentales, manchas indeseables, arrugas prematuras, estrés... La lista de fechorías que atacaron a nuestro cuerpo el año pasado parece no tener fin. Sin embargo, es difícil evadir las actividades y las situaciones que la vida nos presenta día a día como desvelos, mala alimentación, excesos, etc. Todo lo considerado como auto sabotaje en diversos aspectos, pero: ¿Cómo podemos disfrutar de una vida placentera con la mínima repercusión de estos factores en nuestra salud? Todo reside en "el equilibrio". Investigaciones recientes revelaron que uno de los

que más afecta, tanto positiva como negativamente, a nuestro cuerpo es el alabado astro rey. Más allá del afán de lucir una piel con una tonalidad saludable por medio de los rayos del sol, el hedonismo al que incita y la necesidad de sucumbir a su calor tienen una explicación científica que está obligando a los dermatólogos a replantearse las premisas que han sustentado la educación solar durante los últimos años. Se comprobó recientemente que en las poblaciones comenzaba a detectarse un déficit preocupante de vitamina D, sustancia que ayuda a absorber el calcio y que únicamente se sintetiza en el organismo cuando nos exponemos a los rayos solares. Esto surgió debido a las advertencias de no exponerse a sus rayos, pero los diversos estudios determinaron que la exposición adecuada a este astro logra efectos espectaculares sobre la salud: retrasa el envejecimiento cutáneo; posee un efecto anticancerígeno en la

piel; tiene cualidades antiinflamatorias y aumenta la inmunidad natural contra las infecciones. En cuanto a la dermis, potencia su capacidad de cicatrización sobre la glándula sebácea, equilibrando la producción de grasa y su sana exposición; es muy recomendable para contrarrestar los efectos de la psoriasis y de la dermatitis atópica. Otro de los factores que pasa factura sin que nos demos cuenta es el estrés, el cual no solo afecta a tu piel, también daña al cabello y a nuestros dientes, causando problemas como las caries. Con el estrés, el PH de la saliva se vuelve más ácido como consecuencia de malas digestiones y alimentación, esa acidez ataca

“El silencio ayuda a fortalecer el sistema inmune mientras regula el sistema hormonal”

directamente al esmalte de los dientes que puede derivar en una horadación. También estar sometidas a situaciones diarias de estrés produce grandes cantidades de cortisol, hormona que actúa como agente anti-inflamatorio, pero que cuando ataca a las encías, estimula su inflamación. ¿Resultado? Encías inflamadas que pueden provocar infecciones. Otra consecuencia de este mal es el bruxismo, que puede derivar en el desgaste de las piezas dentales. ¿Cómo combatirlo? Con el silencio, has leído bien. El silencio fortalece nuestro sistema inmune y ayuda a segregar endorfinas, hormonas asociadas a la felicidad y serotonina, neurotransmisor asociado a la paz. El silencio también regula el sistema hormonal, mejora la memoria y el aprendizaje. El día a día pasan factura a todo nuestro cuerpo, pero los daños se pueden reducir a gran escala con el equilibrio adecuado, uno que vaya de la mano con tratamientos especializados.

PARA COMENZAR...

DermaDF (www.dermadef.com), ubicado en Calle Perpetua #40, 3er. Piso, Colonia San José Insurgentes, ofrece tratamientos especializados en rejuvenecer y mantener la piel en óptimas condiciones. Sus expertos potencian la belleza natural con las mejores técnicas.



Combate el daño

Vogue elige a los protagonistas de este 2017: ¡Todo un acierto para la dermis!



DIOR PRESTIGE LE NEUTRALISEUR DE L'EXCESS D'ACTIVITE SMOG. DE NOUVEAU: APOUR, NOUVEAU: THE RENEWING OIL. DE LA MER.