



# Yo

dona

yodona.com

**BELLEZA**  
GUÍA PARA  
**ANTES**  
DURANTE  
Y DESPUÉS  
DEL SOL

**MODA**  
SNEAKERS  
BABUCHAS  
BOTAS COWBOY  
Y CHANCLAS  
CÓMO LLEVARLAS  
CON LOS LOOKS  
DE LA TEMPORADA

**A DEBATE**  
¿ES POSIBLE  
REHABILITAR A UN  
MALTRATADOR?

# DELICIOSA

## EVA GONZÁLEZ

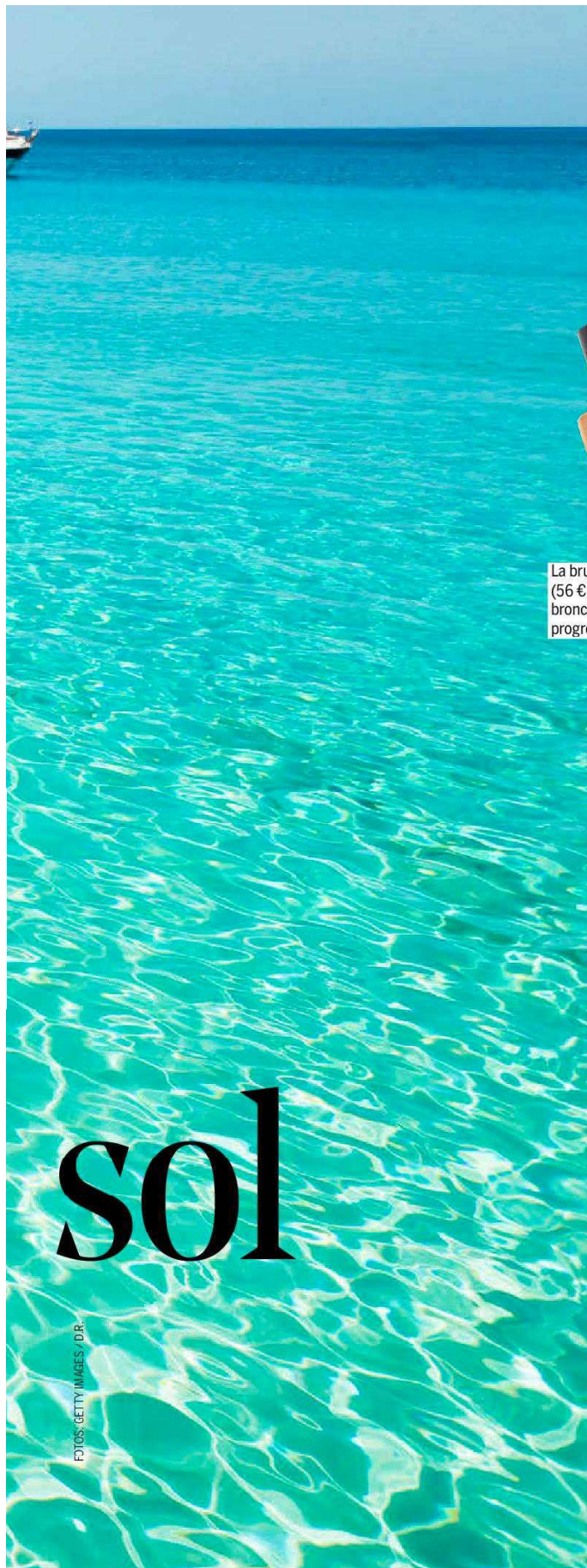
LA POPULAR PRESENTADORA DE MASTERCHEF,  
CON MÁS ENERGÍA QUE NUNCA TRAS SU MATERNIDAD  
«ME SIENTO MUY CÓMODA EN LA TELE,  
AUNQUE SI ALMODOVAR ME LLAMARA...»

**EL MUNDO**

9 DE JUNIO DE 2018. N.º 684. YO DONA SE VENDE  
EL SÁBADO CON EL MUNDO POR 2€. EL RESTO DE  
LA SEMANA, VENTA INDEPENDIENTE POR 1,50€



# Belleza



La bruma L'Eau Tan (56 €), de Chanel, broncea la piel progresivamente.

Previene el fotoenvejecimiento, cápsulas Heliocare 360° (36,95 €), de Cantabria Labs.

Ampolla Rescate 1 Minuto (5,49 €), de Pantene, minimiza los daños solares en el cabello.

Prepara la piel para el sol y prolonga el moreno, Bronze+ (28,50 €), de Innéov.

## Antes

**Prepararse de pies a cabeza** La piel necesita unos cuidados especiales para minimizar los efectos nocivos del sol. La de la cara se puede *entrenar* con un **protocolo profesional** como *Endermologie Antiedad* (en centros LPG, tel.: 918 28 90 35/70 €), que incluye un masaje mecánico con el dispositivo *Ce-llu M6 Alliance*, capaz de activar la síntesis de colágeno, elastina y ácido hialurónico, esenciales para una buena respuesta ante la radiación. Se recomiendan cuatro sesiones, una por semana. El cuerpo también necesita atenciones previas. Una **buena exfoliación** lo dejará nutrido, luminoso y listo para un bronceado uniforme. El ritual *Global Antioxidante a la Vitamina C* (en Slow Life House, Madrid; tel.: 91 277 20 04/ 160 €) combina un masaje remodelante con una mascarilla antioxidante rica en este activo, que también se aplica en el rostro en forma de concentrado.

**Por vía oral** La **nutricosmética** es, en opinión de María Vitale, directora médica de Cantabria Labs, el mejor complemento de los solares de uso tópico. En concreto, la experta recomienda las fórmulas en cápsula que actúan a nivel celular, es decir, «que logran prevenir la inflamación cutánea así como los daños en el ADN celular, uno de los principales damnificados por el sol». Según la experta, el futuro de la fotoprotección seguirá este camino, pero «hay que insistir en que por sí solos no son capaces de evitar esos efectos nocivos, al menos por ahora».

**Para las impacientes** Mientras llega el momento de recibir esos primeros rayos no está de más contar con una ayuda extra para ir olvidándose de las medias sin complexos. Los **autobronceadores**, cada vez más sofisticados, lo ponen fácil. Se presentan en nuevos formatos (bruma, espuma, toallitas...), sin olor y con resultados muy naturales. ▶

# Prepara tu piel antes, durante y después de tomar el sol

CRISTINA MARTÍN

13 JUN. 2018 | 16:11



## → Cuidados para el pelo contra viento y marca de la playa

Promueve la síntesis de vitamina D, mejora el ánimo, disminuye la presión arterial... La luz solar tiene grandes beneficios, pero para disfrutarlos hay que mantener la piel -y el pelo- protegidos. Lo que implica preocuparse no solo durante la exposición sino también antes y después. Esta guía, con cuidados para los tres momentos, ayudará a sacar el máximo partido a los días de verano sin riesgos.



JustFashionNow

**Prepararse de pies a cabeza.** La piel necesita unos cuidados especiales para minimizar los efectos nocivos del sol. La de la cara se puede entrenar con un **protocolo profesional** como 'Endermologie Antiedad' (en centros **LPG**, tel.: [918 28 90 35/70](tel:91828903570)), que incluye un masaje mecánico con el dispositivo 'Cellu M6 Alliance', capaz de activar la síntesis de colágeno, elastina y ácido hialurónico, esenciales para una buena respuesta ante la radiación. Se recomiendan cuatro sesiones, una por semana. El cuerpo también necesita atenciones previas. Una **buena exfoliación** lo dejará nutrido, luminoso y listo para un bronceado uniforme. El ritual 'Global Antioxidante a la Vitamina C' (en Slow Life House, Madrid; tel.: [91 277 20 04/ 160](tel:912772004160)) combina un masaje remodelante con una mascarilla antioxidante rica en este activo, que también se aplica en el rostro en forma de concentrado.