

TELEVA

belleza

EN LA CONSULTA

el cirujano plástico:
ANTONIO
DE LA FUENTE

el endocrino:
JAVIER
SALVADOR

TUTORIAL

looks
efectistas en
5 minutos

HACER TUTOR

20 bombas
que cambiarán
la cara

DESDE LA
MASCARA DE
7 LUCES LED
AL REVIVAL
DEL
COLETERO

Sorpréndeme

PREMIOS TV DE TELEVA - 12 nuevos productos imprescindibles

[TECNO



GADGETS FACIALES

No son ciencia ficción

SU EFICACIA Y LA COMODIDAD DE USARLOS SIN SALIR DE CASA HA PROVOCADO QUE EL MERCADO DE DISPOSITIVOS DE BELLEZA HAYA AUMENTADO UN 18 POR CIENTO EN EUROPA, SEGÚN EL ÚLTIMO INFORME DE LA CONSULTORA KLINE. CUÁL ES MEJOR, CÓMO USARLO, PARA QUÉ... TE LO ACLARAMOS EN 8 RESPUESTAS CLAVE.

Escribe: LORENA ROBLEDO Fotos: ANTONIO TERRÓN Realiza: GABRIELLA NAEVE

1 ¿Sustituyen a los tratamientos en cabina?

A pesar de su eficacia, los resultados de estos aparatos no igualan a los que podemos obtener con los protocolos de los centros estéticos o médicos. Sin embargo, si complementan los rituales profesionales.

"La razón es la seguridad, ya que si fueran más potentes correríamos el riesgo de dañarnos en casa", comenta la doctora **Mar Mira**, de la clínica Mira + Cueto. Eso sí, su uso se debe posponer un tiempo después de ciertos tratamientos médico-estéticos: "No es aconsejable emplear un dispositivo de limpieza facial durante las dos semanas posteriores a haberte realizado un *peeling* químico, por ejemplo, y tampoco se debe utilizar un *gadget* con cabezal masajeador durante los 15 días posteriores a una infiltración de ácido hialurónico. Los de luz LED, en cambio, se pueden usar, sin problema, un par de días después de una sesión de radiofrecuencia", aconseja la doctora.

2 ¿Funcionan realmente los cepillos de limpieza?

Estos cepillos eliminan seis veces más impurezas que una higiene manual, reducen el tamaño de los poros, iluminan y ayudan a la absorción de los cosméticos. "La terapia con luz LED incrementa la producción de ATP (la molécula que aporta energía a la célula) y de colágeno y provoca la proliferación y migración celular; además, modula los niveles de citoquinas (proteínas que regulan la comunicación intercelular), el factor de crecimiento, los mediadores inflamatorios y aumenta la oxigenación del tejido", dice **M^a Jesús Herranz Mancera**, del departamento de educación de Carita. "Los electrodos con microcorrientes favorecen la penetración de principios activos y proporcionan un efecto *lifting* gracias a la tonificación de los músculos del rostro", añade.

3 ¿Qué tecnología es la más efectiva?

Cada técnica tiene unas características propias que aportan diferentes beneficios; sin embargo, mientras la luz LED es apta para todas las pieles, independientemente de su tipología o edad, los ultrasonidos son más adecuados para pieles más maduras y los ultrasonidos para cuts que presenten flacidez. Además, aparte de acertar con la tecnología adecuada, también hay que tener en cuenta cuál es la mejor manera de utilizar los *gadgets*: "Los ultrasonidos se deben usar sólo una vez por semana, precedidos de una exfoliación y acompañados de un gel conductor; las microcorrientes se pueden utilizar a diario, pero hay que tener presente que la intensidad de la estimulación tiene que ir *in crescendo*, y se puede recurrir a los aparatos LED cada 7-10 días, sabiendo que necesitan una estimulación directa, con una exposición mínima de 15 minutos para que la piel reaccione", declara **Almudena Perera**, de los centros *Beauty Room by Almudena Perera*.

(15 minutos es el tiempo mínimo de exposición a los LED para que la piel reaccione. Se pueden usar cada 7-10 días. Los ultrasonidos, sólo una vez por semana y siempre con un gel conductor)

4 ¿Se pueden usar a diario?

Los dispositivos de limpieza sónica y los de exfoliación pueden producir irritación en circunstancias, como piel sensible, uso excesivo o acompañamiento de jabones muy detergentes u otros productos abrasivos, sin embargo en ningún caso habrá consecuencias graves o daños permanentes", dice el doctor **Federico Feltes**, dermatólogo de La Clínica Biolaser La Moraleja. "La luz LED, particularmente el color azul (presente también en gran medida en las luces blancas, sobre todo las de más de 4.000K) es muy dañino para las células de la retina, por lo que debe evitarse la exposición ocular a este tono. Sobre la piel provoca el mismo daño que los rayos ultravioleta solares, por lo que su uso debe ser medido", concluye.

5 ¿Es la luz LED la más eficaz en el terreno gadget?

Tras el boom de las limpiadoras sónicas, la tecnología LED amenaza con convertirse en la reina de la belleza a pilas, ya que combate el fotoenvejecimiento, el acné, la fadidez y demás problemas cutáneos. "Después de que la NASA probara la efectividad de los diodos para tratar la piel—descubrieron y demostraron cómo la luz LED podía reparar y curar los tejidos del cuerpo de los astronautas—, la medicina comenzó a descubrir las numerosas aplicaciones de la tecnología. Ahora esta técnica se posiciona como un tratamiento altamente eficaz y seguro, no invasivo, no indoloro y alternativo a otros, como las infiltraciones de ácido hialurónico o toxina botulínica", explica **Mónica Sada**, creadora y directora de Unicskin.

La NASA probó que la luz LED reparaba tejidos del cuerpo de los astronautas. Ahora, esta técnica es una alternativa indolora a los tratamientos con bótox o ácido hialurónico

7 ¿Los dispositivos potencian la acción de las cremas?

"La sinergia entre cosméticos y aparatología es muy beneficiosa para la piel, tanto en cabina como en casa. Son el tándem perfecto: las cremas y sérums trabajan a nivel más superficial y los dispositivos de forma más profunda", comenta la doctora Camino Guallar, de la Clínica de Medicina Estética Dra. Espallargas. Estos dispositivos potencian la acción de los cosméticos. ¿Cómo? "Para que las microcorrientes tengan una eficacia en la piel y en la tonificación muscular deben ser transmitidas por un medio acuoso (sérums), que debe contener un principio activo cuya polaridad sea compatible con la de las microcorrientes, para que penetre en la piel", asegura **Mª Jesús Herranz Mancera**, del departamento de educación de Carita. En los dispositivos sónicos, las ondas que desprenden también favorecen la absorción de los productos.

tres meses

es el período que puedes usar los cabezales antes de cambiarlos por higiene y por desgaste

6 ¿Cómo se limpian y cuidan los cabezales?

"Una limpieza con agua tibia tras cada uso evita que los residuos de maquillaje o cosméticos se acumulen en la base y entorpezcan la micro-oscilación del aparato", afirma **Elena Reig**, directora de formación de Clarisonic. "Para una limpieza más a fondo se puede usar un jabón neutro—nunca lavavajillas o productos abrasivos—, aclarar y secar todas las piezas antes de colocarlas en el dispositivo. "No hay que olvidarse de cambiar los cabezales cada tres meses, tanto por higiene como por desgaste", recomienda Ben Wilson, director científico de Braun.

8 ¿Para qué sirve cada color?

"Los dispositivos con luz se basan en la fotobiestimulación, que potencia la actividad celular mediante longitudes de onda. Y en la fotoeudermia, que es una terapia no invasiva e indolora que mejora la penetración de activos", aclara la esteticista **Carmen Navarro**. Así, "la luz roja reduce las líneas finas de expresión y arrugas, gracias a la estimulación de los fibroblastos que segregan colágeno y elastina; la azul regula la producción de sebo en las glándulas sebáceas para reducir las imperfecciones; y la verde reduce la hiperpigmentación y unifica el tono de la piel, ya que actúa en el proceso de la melanogénesis", añade la experta. **1**



Hay un aparato para ti

1. Face Spa, BRAUN. Depila, limpia y masajea el rostro (99,99 €). 2. Light Therapy Ligh Duo+. TALIKA (105 €). 3. Mascara Visibly Clear de fototerapia antiacné, NEUTROGENA (59,99 €). 4. Smart Profile Uplift, limpia y realfirma, Clarisonic (349 €). 5. Yough! Activator, ILUMINAGE. Reduce las líneas de expresión (329,90 €). 6. Dispositivo Espada, FOREO. Con luz pulsada y tecnología Blue LED Light contra el acné (149 €). 7. VisaPure Advance, Philips (201,99 €). 8. My C.L.E., con microcorrientes y cuatro luces LED, de Carita (390 €, incluye un sérum).