

Regala(te) belleza en Navidad

Las mujeres somos presumidas por naturaleza, no tiene remedio. A diario nos cuidamos, pero cuando se trata de fechas importantes del calendario, hacemos lo que sea por estar perfectas... Y la Navidad no iba a ser menos. Se aproximan las fiestas en las que vas a disfrutar de la familia, la pareja, los amigos y, claro, quieres estar perfecta. Que si peluquería por aquí, un tratamiento de belleza por allá... Lo que sea con tal de despuntar en las reuniones y cenas navideñas que tienes previstas

Por eso los expertos de Clínica SOFT nos dan 10 tips para conseguir estar guapa en todo momento y nos ofrecen su pack "Christmas Beauty" para realzar tu belleza y hacer que sea única.

Piel. Para lucir una piel bonita no hay nada como hidratarla y velar por su estado a diario. Limpiarla adecuadamente, utilizar productos específicos y beber mucha agua son los tres puntos vitales para conseguir que luzca joven, firme y luminosa.

Labios. También muy sufridores en esta época del año, el frío juega en contra de ellos y los convierte en una de las zonas más sensibles del rostro. Cuídalos a diario con vaselinas y labiales especiales que, además de hidratar, le den un toque de color a tu look.

Dientes. A todas nos gusta lucir una bonita sonrisa... Pero si no cuidamos la higiene bucal, es complicado. Recuerda no abusar de ciertos alimentos como el café, el vino o el chocolate y, si fumas, trata de dejar el vicio. Di un sí rotundo a manzanas, cítricos y lácteos, que ayudan a mantener el blanco de tus dientes. ¡Y prepárate para sonreír!

Ojos. Sin duda, lo que más dice de una persona es su mirada. Por ello, mantener unos ojos bonitos es esencial si quieres proyectar belleza. Existen multitud de cosméticos a tu alcance, desde contornos y serums especiales para las bolsas, hasta correctores de ojeras y máscaras de pestañas que aportan profundidad y sensualidad.

Manos. Aunque pensemos que en esta época del año, con un buen par de guantes nos vale, toda ayuda es poca si de hidratación se trata. Y no hay nada menos sexy que unas manos mal cuidadas, secas y cuarteadas... Lleva siempre crema para manos, cuando el frío y los cambios de temperatura jueguen en tu contra.

Cabello. ¿A quién no le gusta lucir una bonita melena en toda ocasión? Champús sin sulfatos ni siliconas, cremas hidratantes para el cuero cabelludo, sprays, aceites y protectores del calor, ¡todos son aliados para conseguir un pelo bonito! Para un extra de belleza y estilo, visita a tu peluquero.

Relajación. Es una época muy estresante y eso, queramos o no, se nota. Estar cansada acentúa las ojeras, las arrugas y multitud de signos de la edad poco favorecedores. El remedio: dedicar un mínimo de 8 horas al sueño y otras tantas al disfrute. No todo va a ser trabajar, ¿no?

Alimentación. Una alimentación equilibrada es fundamental para que nuestro organismo trabaje adecuadamente y lo refleje en el exterior. Sabiendo los excesos que cometerás durante las fiestas, no viene mal un poquito de previsión para, de paso, mantener la línea. Ya sabes lo que dicen: "mens

sana in corpore sano”.

Cuerpo. Si quieres estar guapa, no se trata sólo del físico en zonas puntuales, sino de mantener en forma todo el organismo. Ya que te vas a cuidar con la alimentación, aprovecha para complementar con un poco de deporte o actividades sencillas como andar 30 minutos al día, hacer sentadillas, nadar... ¡Lo que más disfrutes!

Vicios. Para presumir hay que sufrir, nunca mejor dicho. Si eres fumadora, si eres una apasionada del vino o la cervecita... Tienes que ir pensando en decirles adiós. Aunque parezca mentira, todo este tipo de vicios facilitan el envejecimiento de la piel, nos producen granitos y manchas... Y hasta nos pueden echar años encima con sus efectos. Cuídate y échale ganas, que todo sea por el fin de verte guapa.

Además, los expertos de Clínica SOFT nos proponen su pack “Christmas beauty”, ideal para regalar (o regalarte) y estar guapa en esta época del año. Un tratamiento no quirúrgico que se divide en dos sesiones, espaciadas por tres semanas:

En la primera sesión se trata la piel con un peeling liposomado de última generación.

En la segunda sesión se aplica Cytocare 532, un producto de origen francés que le brinda a la piel todos los nutrientes que necesita para corregir los signos del envejecimiento y el paso del tiempo. Rico en Ácido Hialurónico, vitaminas, minerales, aminoácidos y estimulantes de colágeno, reactiva la piel y consigue un efecto rejuvenecedor. Se puede aplicar en la región ocular, los pómulos o cualquier zona en las arrugas estén más acentuadas.

Precio: 240 €

Acerca de Clínica SOFT

Clínica SOFT está formada por un equipo de médicos especializados en tratamientos mínimamente invasivos de cirugía oculoplástica y estética facial con los que devolver al rostro la armonía. Para ello utilizan las técnicas más avanzadas y seguras de cirugía y medicina estética, con las que se trabaja el rejuvenecimiento de la mirada con el fin de recuperar la luminosidad y la frescura facial.

El Dr. Troyano y el Dr. Genol, notables expertos con una amplia trayectoria en el mundo de la cirugía, pertenecen a la élite de los cirujanos oculoplásticos más reconocidos en el ámbito internacional y son los dos pilares que encabezan el conjunto de especialistas de la clínica. Ambos son destacados miembros de la Sociedad Española de Oftalmología (SEO) y de la Sociedad Española de Cirugía Plástica Ocular y Orbitaria (SECPOO), en las cuales imparten cursos de formación para otros profesionales. En el ámbito internacional pertenecen a la Sociedad Iberoamericana de Oculoplastia y al International Thyroid Eye Disease Society (ITEDS).

Síguenos en:

Twitter

Facebook

Instagram

Datos de contacto:
Globe Comunicación

Nota de prensa publicada en: [España](#)

Categorías: [Medicina](#) [Moda](#) [Medicina alternativa](#) [Belleza](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>