

**DIGNABEL AMORÓS ALBA**  
 Experta en estética profesional avanzada.  
 Asesora de imagen.  
 www.daimagen.es

El **cuello**, el **escote** y los **hombros** tienen un alto poder de seducción. ¡Dedícale los **cuidados de belleza** que se merecen!

# CUIDADOS PARA UN ESCOTE SEDUCTOR

**e**l objetivo de toda novia es estar radiante el día de su boda. Cuando empieza el momento de hacer una valoración minuciosa y aliarse con los tratamientos embellecedores de los pies a la cabeza, hay zonas a las que, en muchas ocasiones, no se les presta tanta atención, como pueden ser el cuello, el escote, los hombros, la espalda y los brazos. Además, el ritmo frenético de los últimos meses previos a la boda, condiciona a que estas zonas sean más vulnerables a su deterioro, y es que el estrés, el nerviosismo o los adelgazamientos bruscos producen una alteración hidrolipídica, desvitalización y flacidez de estas zonas.

Para estas partes del cuerpo se aconsejan principalmente tratamientos estéticos que contribuyan a su renovación y regeneración para conseguir el mayor rendimiento celular, combinados con otros tratamientos según las zonas a tratar y las necesidades. Para unos resultados óptimos, la futura novia deberá siempre complementar sus cuidados con una dieta sana y equilibrada, realizando deporte con regularidad, durmiendo las horas necesarias y bebiendo como mínimo dos litros de agua al día.

## El cuello

Es un elemento de encanto y estilo que debería tener la importancia de una bella columna de un templo griego. Sin embargo, muchas veces el cuello es el gran olvidado del cuerpo y es una zona muy visible en una novia que ayuda a estilizar la cabeza con el cuerpo.

A diferencia del rostro, el cuello carece de una base que actúe como

soporte óseo, por lo que la grasa que se acumula y localiza en el mentón cuelga y pesa debido a que no hay ningún músculo que la sostenga, formándose así el doble mentón. Asimismo, el riego sanguíneo a nivel del cuello es menor que en el rostro, con lo que la nutrición es también más débil.

## Recomendaciones para lucir un cuello esbelto

Se aconseja la realización de tratamientos específicos de belleza que contribuyan a la reafirmación y disuelvan adiposidad como el electrolifting, la radiofrecuencia, la mesoterapia virtual o la electroporación, entre otros. Mantener un porte erguido, evitar llevar el cuello bajado, dormir de lado, realizar ejercicios de estiramiento de cuello y masajes tonificantes y drenantes ayudarán a mantener un cuello terso.

## Escote, hombros y espalda

El escote, junto con los hombros y la espalda, es sin lugar a dudas un auténtico símbolo de seducción. Hoy en día una novia no tiene restricciones para mostrar esa parte del cuerpo que roba tantas miradas. Una espalda perfecta, un escote luminoso y unos hombros alineados, poseen un gran atractivo digno de ser mostrado el día de la boda. Por el contrario, una espalda curvada estropea la armonía de la figura a la vez que la avejenta, y el escote y el pecho parecen perder su consistencia y firmeza dando lugar a unos omoplatos en forma de alas frustradas. Es importante evitar adoptar posturas inadecuadas ya que éstas encogen los hombros y los llevan hacia delante, perdiendo la figura su esbeltez y afectando a la salud de la columna.

## TIMEXPERT LIFT NECK

Crema tensora y reafirmante de cuello y escote que en sólo 3 semanas ciñe y reajusta la piel, redefiniendo el contorno y alisando las arrugas.  
**GERMAINE DE CAPUCCINI**  
 900 210 501



## CREMA REJUVENECEDORA CUELLO Y ESCOTE

Crema altamente reestructurante y activadora de la producción de colágeno y elastina que ayuda a mantener la delicada piel del cuello y escote joven, firme y sin arrugas.  
**MASSADA**  
 948 351 016



## TENSOR

Aceite de masaje indicado para reafirmar de forma natural y eficaz la piel, especialmente la zona del pecho.  
**NIRVANA SPA**  
 976 108 010





### Recomendaciones para mantener la piel tersa

Es importante cuidar la piel de estas zonas para evitar su resecaimiento y conseguir que se mantenga tersa y en condiciones, por lo que será necesaria la aplicación diaria de cremas hidratantes y reafirmantes a domicilio. En el centro de estética se optará

por tratamientos con protocolos específicos hidronutritivos y activadores de la elasticidad de la piel. Los ejercicios de estiramiento, las posiciones rectas de la espalda, las respiraciones conscientes, llevar tacones adecuados y caminar erguido, entre otros, hacen que la anatomía muestre su esplendor y se adquiera un porte de seguridad. Se beneficiarán, además, el pecho, el cuello y la armonía total de los miembros.

### Brazos firmes

Algunas mujeres dan menos importancia a la estética de los brazos en comparación con otras zonas, como las piernas, ya que su posición los hace menos aparentes y por ello se realizan menos cuidados en su día a día. Sin embargo, en la puesta en marcha del embellecimiento para una novia los brazos cobran más visibilidad, por lo que mantenerlos estilizados y con las prendas adecuadas conseguirán una visión armonizada de la

imagen. La acumulación adiposa, la piel flácida o el aspecto rugoso con hiperqueratosis son algunos de los signos que deberán tenerse en cuenta para actuar con los tratamientos estéticos adecuados.

### Hábitos saludables para potenciar su belleza

Un ejercicio físico regular que aumente la masa muscular es muy necesario para aportar solidez a los brazos. Con él se recupera masa muscular que ayudará a tensar la piel además de oxigenarla. Los ejercicios aeróbicos, combinados con la utilización de pequeñas pesas, son excelentes para remodelar y afirmar los brazos que presentan flacidez.

De vital importancia es constituir una dieta rica en nutrientes que contribuyan a aportar los ingredientes necesarios para que la piel pueda fabricar las fibras que le dan sostén: colágeno y elastina. Los alimentos principales para mantener la tonificación y evitar la flacidez son

los que contienen proteínas, como las carnes no grasas, el pollo sin piel, la carne roja, los lácteos y los huevos, así como vegetales ricos en proteínas (la soja y derivados, el sésamo, los garbanzos y las lentejas). Asimismo, ayudará aplicar cosméticos con principios activos que contribuyan a evitar el descolgamiento, la fragilidad y la pérdida de firmeza, como los productos ricos en vitamina A, vitamina C o vitamina B6, especialmente.

### Principales tratamientos

- ♥ **Exfoliación:** actúa sobre las células superficiales epidérmicas, facilitando su eliminación y preparando la capacidad óptima de absorción de activos. En el diagnóstico profesional, la esteticista valorará cómo se encuentra el estado de la piel, si se presenta hiperqueratosis, imperfecciones, asfixia, fotoenvejecimiento (que incluso en edades no maduras se presentan con un relieve de la piel acentuado, piel rugosa y manchas solares), etc. Con la elección apropiada del exfoliante necesario se obtendrá una preparación de piel óptima para actuar profundamente sobre el estrato córneo, difuminar manchas, devolver el brillo, contraer los poros y corregir marcas.
- ♥ **Oxigenación:** actuar sobre la oxigenación es actuar sobre la vida y la energía celular. Las nuevas tecnologías producen un calor interno sin causar rojeces superficiales, como la radiofrecuencia, mejorando la calidad de oxígeno en las células y equilibrando el ritmo de la circulación sanguínea periférica. Asimismo, las técnicas con ultrasonidos permitirán que los productos cosméticos aplicados en los tratamientos penetren totalmente, como pueden ser los

hidratantes, nutritivos, revitalizantes, reafirmantes, anti-envejecimiento, etc.

- ♥ **Electroterapia muscular:** se basa en la utilización de corriente de baja intensidad que activa la estimulación muscular y la contracción muscular involuntaria ayudando a combatir el descolgamiento local. Es adecuada cuando aparece la hipotrofia o falta de tono muscular. Los músculos flácidos en los brazos pueden crear la impresión de falsa celulitis pero, aunque pueden darse ambos casos juntos, la falta de tono no implica presencia de grasa.
- ♥ **Terapia subdérmica o endermología:** gracias a su técnica con el sistema de aspiración y rodillos, se realiza un masaje profundo de la piel y tejido subcutáneo, que contribuye satisfactoriamente a mejorar la celulitis y reafirmar los tejidos, devolviendo tersura, tono y firmeza a la piel.
- ♥ **Terapia mesodérmica transcutánea:** basada en el principio de electroporación y electroforesis, permite la penetración de los principios activos anticelulíticos, nutritivos y reafirmantes a nivel profundo, garantizando una acción profunda.
- ♥ **Radiofrecuencia:** es una de las técnicas de corrección y prevención de la flacidez más eficaces que se ha implantado a los tratamientos corporales. Mediante la energía de radiofrecuencia se produce un calentamiento controlado de la dermis y del tejido graso, preservando la epidermis del daño térmico. Tras esta lesión térmica controlada, la estructura de colágeno quedará reforzada y se conseguirá una reafirmación de los tejidos. ♥

### ARÛDE CONTOURING ARM & DÉCOLLETÉ BALM

Bálsamo fundente que trata de manera global los signos de envejecimiento del cuello, escote y brazos. Redefine el doble mentón y los brazos y proporciona a la piel una apariencia más tersa, elástica e hidratada.  
MONTIBELLO  
900 210 146



### CRÈME RAFFERMISANTE EFFET PUSH-UP

Crema reafirmante que gracias a su novedosa fórmula consigue un intenso efecto de sostén para los senos y aquellas otras parte del cuerpo que lo requieran.  
SELVERT  
933 459 450



### SENSORY ESSENTIAL ACEITE DE ARGÁN

Aceite que supone una fuente de elasticidad para la piel y que actúa contra el envejecimiento de las fibras cutáneas, preservando su firmeza y ayudando a lucir un cuello firme y esbelto, así como un bonito escote.

MAYSTAR  
977 130 057

