

1,20 € Nº 1.464

DEL 29 DE OCTUBRE AL 4 DE NOVIEMBRE DE 2014

mia

EL ÚNICO PERIÓDICO DE MODA CON TRANSPORTE URGENTE

10 PROBLEMAS
CAPILARES
con solución
**LOS EXPERTOS TE
DAN LAS CLAVES**

JUDIT MASCÓ
CON LOS
ABRIGOS ESTRELLA
DE LA TEMPORADA
elige el tuyo desde 29 €

**Ahorra en
calefacción**
Trucos infalibles

Viaje
TÚNEZ
LOW COST

Salud

**¿Tienes la
tensión alta?**
DESCUBRE POR QUÉ

Belleza

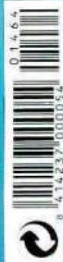
**ROJO OSCURO
CASÍ NEGRO**
EL LABIAL QUE ENAMORA

Otoño sano

23 superalimentos que curan y rejuvenecen

CHOCOLATE, QUINOA, GRANADA, PISTACHOS...

**EL DENTÍFRICO
QUE NECESITAS**
(NO TODOS SON IGUALES)



6 'CON LA LLEGADA DEL MAL TIEMPO, LLEVO EL PELO ELECTRIFICADO'

Solución low cost. "El remedio para no tener un pelo indomable se encuentra en una correcta hidratación y en el uso de productos antiencrespamiento", aclara el estilista Antonio Tallarico.

En el salón: acude a una terapia alisante con células madre o con keratina. "Después de aplicar uno de los dos tratamientos indicados, la melena queda disciplinada, suave, luminosa y dócil". El precio varía en función del largo del cabello (desde 60 € hasta 120 €).

Una ayuda extra: aplica mascarillas enriquecidas con aceites vegetales (almendra dulce, jojoba, argán, karité...), cubre la cabeza con un gorro de baño o con *film* de cocina, aplica calor y déjalas actuar mientras te relajas. "Al prolongar el tiempo de exposición, aumentas el efecto nutritivo".

1. Acondicionador 7 Días Liso Keratina (5,99 €), **TRESEMMÉ**.
2. Gotas Sublimes (29,50 €), **COLLISTAR**.
3. Oil Miracle BC Bonacure (16,05 €), **SCHWARZKOPF PROFESSIONAL**.



BÁSICO EN TU KIT
Las texturas en aceite, aplicadas de medios a puntas, aportan luminosidad extra, sellan la cutícula, hidratan, potencian el tono...



8 'QUIERO UNA MELENA DE ASPECTO JUVENIL'

Solución low cost. Acude a fórmulas cosméticas antiedad, que revitalizan la fibra capilar devolviéndole un aspecto joven. "Estos cuidados se pueden completar con un complejo vitamínico rico en vitamina B (activa la queratina) y utilizando un sérum para reforzar las puntas", dice Carmen Martín, médico y nutricionista de Clínica Dray (doctorsimondray.com). **Pide cita.** Lo más demandado es

regenerar el cabello con tu propia sangre. Es una técnica que frena los signos del envejecimiento con infiltraciones de plasma enriquecido con factores de crecimiento (150 €, sesión). "Así se estimula la formación de colágeno y se aumenta la actividad de los folículos pilosos". **Una ayuda extra:** lleva una alimentación equilibrada basada en la dieta mediterránea. "Incrementarás la longevidad capilar".

1. Champú revitalizante anti-edad Go Organic (41 €), **FARMA DORSCH**.
2. Spray redensificante intensivo AgeDefy (9,99 €), **PANTENEEXPERT**.
3. Mascarilla Age Expertise (15,40 €), **INDOLA**.



7 'ME CRECE MUY POCO Y NO CONSIGO HACERME UNA COLETA'

Solución low cost. Recurre a los productos corporizantes y revitalizantes, tanto de lavado como de *styling* (espumas, ceras, aguas de peinado, texturizadores...). "Engrosan el cabello y estimulan su crecimiento", precisa el creador de Virgola Milano.

En el salón: te ayudarán a conseguir una maxicoleta de infarto. ¿Cómo? Con extensiones de pelo natural que dan longitud y espesan. "Cada mechón cuesta 6 € y se necesitan unos cien repartidos por toda la cabeza para lograr un cambio de *look* portentoso".

Una ayuda extra: combina un tratamiento vigorizante tópico con nutricosmética que contenga vitamina D, ácidos grasos Omega 3 y minerales (sobre todo, zinc). Estos nutrientes pasan del flujo sanguíneo al bulbo capilar, incidiendo en la fase de desarrollo, anclaje y fortalecimiento.



1. Suplemento nutricional Densiology (desde 28 €), **INNEOV**.
2. Champú Densificador Melena Abundante Fructis (2,95 €), **GARNIER**.
3. Concentrado Nutritivo de karité (19,30 €), **RENE FURTERER**.