

Lavar y peinar

1 VAMOS POR PARTES

Antes de lavar el cabello conviene desenredarlo, aunque de forma correcta, para no dañar sus fibras. Lo ideal es peinar la melena por secciones, con cuidado para evitar la rotura y el posterior encrespamiento.

2 PASADO POR AGUA

En algunas zonas el agua acumula más minerales y esto incluso afecta al color de tu cabello; un agua dura puede hacer que el pelo quede plano, rígido o, incluso, de color rojizo. Para combatirlo es importante elegir el champú adecuado. Este, de Babé, hidrata y protege el folículo piloso y la fibra capilar. No irrita y respeta el PH del cuero cabelludo (8 €).

3 ¿SULFATOS?

Mejor evitarlos, en especial el lauril sulfato, que puede irritar la piel y provocar encrespamiento. Si quieres un tratamiento específico o un diagnóstico sobre tu cabello, consulta en el Hair Spa de Oliveras. www.oliverashairspa.com



Sutiles, discretos, delicados y muy femeninos; los nuevos tonos de esmaltes de la firma Orly se llaman *Pastel City* y llegan como tendencia para pies y manos esta primavera (12 €).

La legendaria comodidad de las sandalias Birkenstock (*ugly shoes*) ahora se puede disfrutar en una nueva línea de cosméticos para el cuidado de manos y pies. *Natural Skin Care* incluye cuatro productos con fórmulas revitalizantes y componentes naturales como mentol, aguacate o jojoba (desde 20 € producto).



Las chicas llevan una vida activa, no son inodoras ni incoloras ni insípidas y sí, huelen. Con esta premisa la tienda de cosmética online Laconic presenta el desodorante *Girl Smells*, en roll on y 100% natural (29,90 €).

La firma *Treet's Traditions*, que recupera recetas cosméticas de culturas milenarias transmitidas de madres a hijas, se amplía con la gama *Pure Serenity*, inspirada en la cultura japonesa del baño. **Crema corporal (12,99 €).**



micrema REDUCTORA



La celulitis es un problema que preocupa a la mayoría de las mujeres, sea cual sea su edad o tipo de piel. Para combatirla, Sensilis lanza un **tratamiento intensivo: Silhouette Xpert Slimming cream** reduce volumen y combate la temida piel de naranja (5,9 €).



ESTE MES, PRUÉBALO:

¿Quieres mejorar tu rutina de fitness? ¿Te parece que por mucho ejercicio que haces, no logras tus objetivos? Te propongo un reto, prueba la disciplina militar de David Lloyd, inspirada en los entrenamientos militares. *Boot Camp* exige disciplina y esfuerzo durante 45 minutos, pero los resultados están garantizados. Además, los ejercicios se realizan al aire libre, en contacto con la naturaleza y en grupo, con lo que la diversión está asegurada, ya que muchos de ellos forman parte de un circuito que se lleva a cabo en pareja. **David Lloyd. C/Viñas del Pardo, 4. Aravaca. Madrid.**