

MEDAVITA

MAGAZINE



MODA

Primavera/Verano 2022

STYLE

Keratin Miracle:
la disciplina para manejarlo,
el esmero para que brille.

LOVE IS IN THE HAIR

Laminación capilar:
el tratamiento más amado
al otro lado del océano

2 0 2 2

PRIMAVERA VERANO

#12
2022



UNA HISTORIA
DE AMOR
POR EL
CABELLO.
UNA
HISTORIA
DE AMOR
POR LA
NATURALEZA.
UNA
HISTORIA
AUTÉNTICA.

www.medavita.it • Follow us on  Medavita SPA •  @medavitaofficial


MEDAVITA



08

MODA

Primavera/Verano 2022

40

STYLE

Keratin Miracle:
la disciplina para manejarlo,
el esmero para que brille.

46

**LOVE IS IN
THE HAIR**

Laminación capilar:
el tratamiento más amado
al otro lado del océano

52

LISS ADDICTED

5 consejos sobre qué hacer
y qué evitar para que luzca
siempre impecable

ÍNDICE

60

HAIR EXPERT

Todo el año, que haya sol
o nubes: ¡no olvides
tu protección solar!

66

**TAKE CARE
OF YOURSELF**

Dime lo que comes
y te diré qué cabello tienes

72

SOCIAL MANIAC

Adolescentes y Redes
Sociales

78

BODY LOVE

Cómo te cambia
saber cambiar

84

SPORT EXPERT

5 pasos simples
y eficaces para
prepararse para
la operación
bikini

90

TRAVEL DIARY

Explorando las recónditas
aldeas italianas

96

SHOPPING THERAPY

La sostenibilidad comienza por
el armario: el caso Vinted

100

HAIR SALON

Luisa Zavala



Alfonso Emanuele de León
CEO Medavita SPA

Editorial

Como habrás notado en la nueva web de Medavita, hemos relanzado recientemente la narración de nuestra marca.

Una historia por cierto próspera. En 1963, Medavita fue la primera empresa en Italia en comercializar las ampollas anticaída y, según un reciente estudio de mercado, sigue siendo aún hoy la marca profesional italiana más conocida a nivel nacional.

La trayectoria de la marca Medavita es indudablemente un enorme valor añadido, que a la vez nos obliga a mantenernos actualizados e, incluso, a innovar y adelantarnos a los tiempos.

En estos últimos meses, observando a algunas celebridades e influencers estadounidenses, descubrimos una nueva y asombrosa tendencia. Se llama laminación y está haciendo estragos no solo entre estas eminencias de la web, sino también entre importantes estilistas de Hollywood que presumen de cientos de miles de seguidores.

Se trata de un servicio disponible en los salones y consiste en recubrir el cabello con una mezcla de productos, que luego se dejan actuar.

Los resultados son realmente espectaculares: la melena queda brillante, esplendente, llena de reflejos y mucho más bella. Y el efecto, además, dura varias semanas.

En Medavita estamos orgullosos de ser una de las primeras marcas en lanzar este servicio, así como nos complace que tu salón sea uno de los primeros punteros que lo ofrecen en Italia.

De la mano de tu estilista Medavita de confianza, te invitamos a probarlo y a compartir en nuestras redes sociales los increíbles resultados en tu melena.

#medavita #glossnation

¡Feliz laminación para todas!



MEDAVITA



MEDAVITA

GLOSSYNATION

**LA PRIMERA TRATAMIENTO DE
LAMINACIÓN FIRMADO MEDAVITA.**

Cabello extrabrillante gracias al efecto hiperbrillante,
INTENSIFICADOR DE BRILLO.

www.medavita.it • Follow us on  Medavita SPA •  @medavitaofficial

CUT & GO, BABY!



por Monica Mistretta
Directora de Colorami
...



Duncan



Isabel
Marant

Provocantes ojos de buey sobre el cuerpo, flores, colores, lentejuelas y flecos de vedette: ¡bienvenida la luminosidad en esta primavera-verano 2022!

Los estilistas de las pasarelas de Milán, París, Londres y Nueva York tratan de contagiarnos (¡y aquí nos gusta!) con tantos colores y una buena dosis de energía positiva. Nos invitan a soñarnos con sus vestidos elegantes, llenos de detalles sorprendentes y tonalidades intensas. Un guardarropa que no desestima un cierto confort, en respuesta a un nuevo estilo de vida más concreto e inmediato.

Está la influencia sporty y la prenda vintage de gran gala, todo para la misma mujer. Se vuelven menos nítidos los confines entre las tendencias: el traje de boxeur convive con el tailleur más elegante... y a lo mejor elegimos precisamente el primero para una noche especial.



Threeasfour



MEDAVITA MAG ACONSEJA

MEDAVITA

Elite

CHOICE COLOR

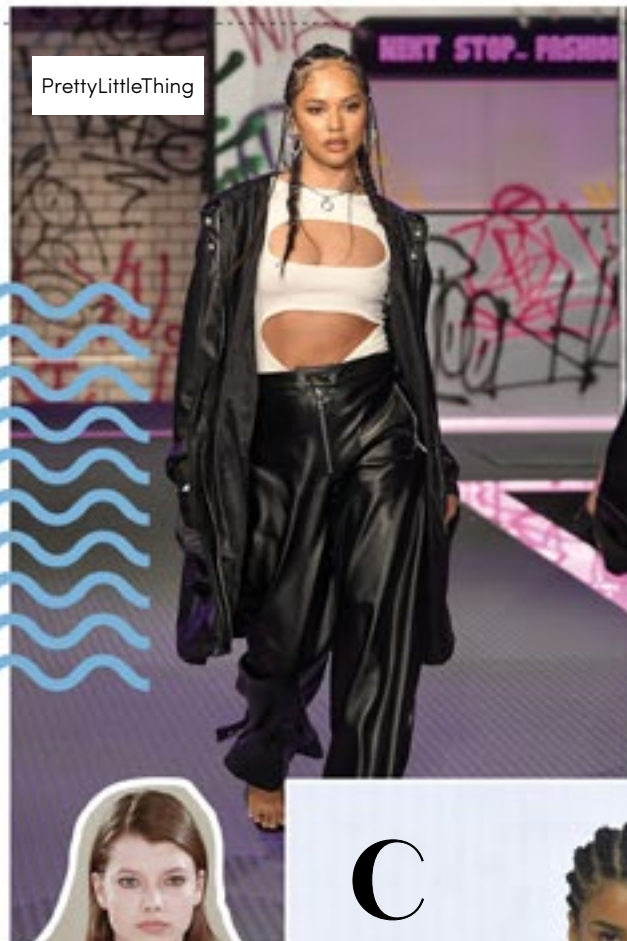


EL COLOR SIN AMONIACO
YA NO TIENE LÍMITES

Descubre la coloración profesional Medavita:
a todo color, reflejos brillantes
y extrema capacidad de cobertura.
POR SUPUESTO, SIN AMONIACO.

- COLORACIÓN PERMANENTE SIN AMONIACO
- 100 % DE COBERTURA DE LAS CANAS
- ACLARADO HASTA 3 TONOS

PrettyLittleThing



Aquilano Rimondi



Balmain



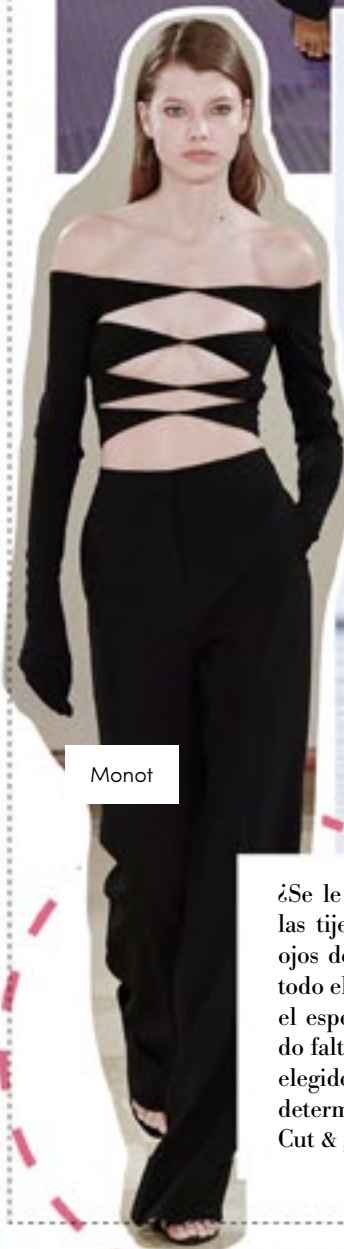
Isabel Marant



CINTURA BAJA

Peligrosamente baja: cuidado con la dieta. Los pantalones y las faldas dejan ver sin piedad tanto la barriga como las caderas, tenemos que aceptarlo. Bellísimos los pantalones ajustados de Balmain, con o sin patas de elefante, dotados de semicinturón que crea en la cadera un diseño asimétrico para realzar la silueta.

Monot



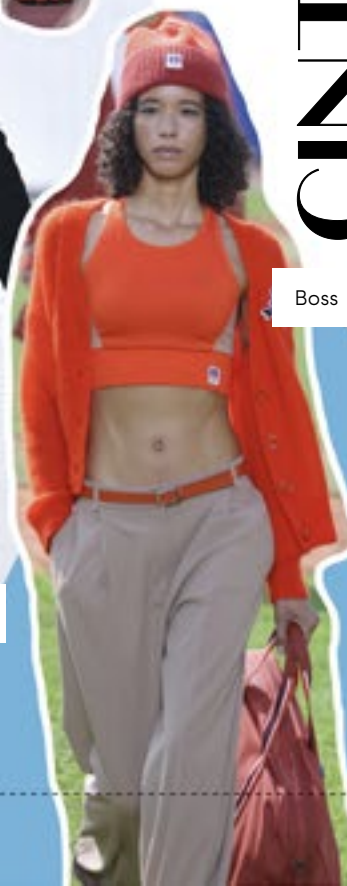
CUT & GO

¿Se le fue la mano al estilista con las tijeras? Para nada: los escotes, ojos de buey y aberturas varias en todo el cuerpo son estratégicos para el esperado resultado sexy. El tejido falta precisamente en los puntos elegidos, para destacar las curvas y determinados centímetros de piel. Cut & go!

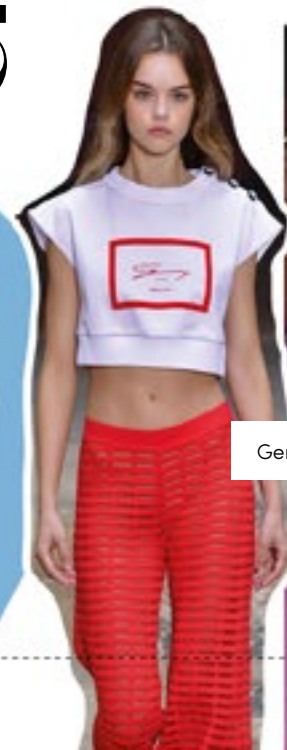
Balmain



Boss



Genny



Blumarine



Christian Dior

COLOR BLOCK

Emporio Armani, Christian Dior, Loewe: las marcas emblemáticas de la moda se aventuraron a experimentar el color block. Protagonista, la combinación inesperada de colores intensos y contrastantes, como el naranja y azul del conjunto de vestido y abrigo Christian Dior. O el rosa y rojo del trench Duncan.

Aquilano Rimondi

Loewe

Ermano Scervino

Giambattista Valli

Hui

Collina Strada

Emporio Armani

Lentejuelas y tejidos con brillo: ¡prohibido pasar desapercibidas! Después de tantas restricciones, aún no del todo superadas, cada vez que podemos nos invade las ganas de brillar y llamar la atención. Y lo más espectacular de estos outfits es que no están concebidos para la noche, sino para cualquier hora de la jornada. Si no me crees, echa un vistazo al mono plateado con pantalones marineros de Hui.

BRILLITOS

House of Anna

¿Qué primavera sería sin flores? Estampadas o aplicadas en vestidos y pantalones, están entre los protagonistas de la próxima temporada. ¿Nuestro look preferido? El del vestido vintage con escote balconete de House of Aama: para llevar estrictamente con guantes de raso rosa.

Alberta Ferretti

Aquilano Rimondi

FLECCOS

Flecos y oropeles varios: ¡abajo la sencillez! Largos o cortos, compuestos o en cascada, los flecos han contagiado el guardarropa con un toque de diversión, como en las chaquetas de piel o en los vestidos charleston.

Victoria Tomas

Salvatore Ferragamo

Acne Studios

Francesca Liberatore

Sportmax

Christian Dior

Moschino

Giambattista Valli

CORPIÑOS Y LENCERÍA

Sin lugar a dudas, las ballenas y varillas de mimbre o de material sintético son un homenaje a la sostenibilidad: han vuelto de moda los antiguos corsés que ajustan y aprietan, en victoriana contraposición –no por esto sexy– al auge de las prendas sueltas que tanta comodidad nos dan. Entre los primeros, hay una nueva versión de corpiño transparente con varillas que no deja espacio a la imaginación: el de Sportmax.

TOTAL COLOR

Ningún problema de combinación cromática, hete aquí el monocolor. No mix, no match! El total color arriba y abajo es una de las tendencias de la primavera-verano 2022. Abarca desde el tailleur cruzado hasta el conjunto boxer femenino: Christian Dior los ha experimentado ambos.





Brandon Maxwell



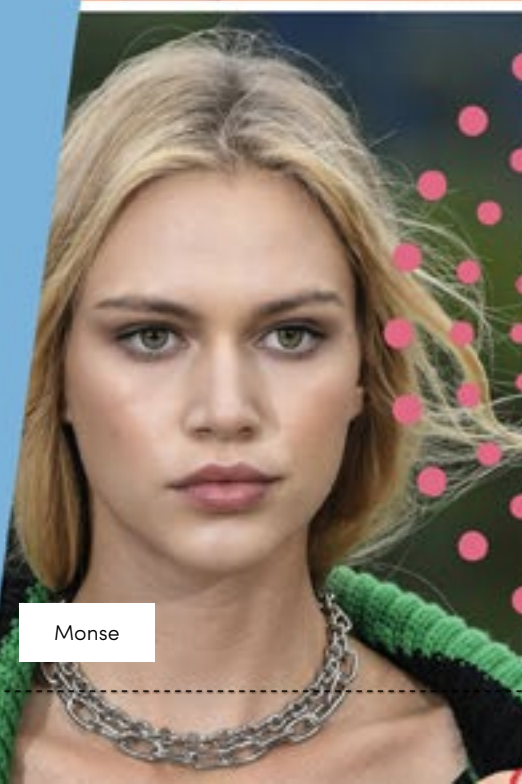
Max Mara

MAKEUP EFECTO SALUDABLE

El maquillaje vuelve a tener al fin su función originaria: hacernos lucir más bellas sin exageraciones. En las pasarelas nunca se habían visto tantos nude looks, con sombras imperceptibles y una mínima insinuación de colorete.

Se tiende en general a una imagen saludable, vitamínica: así lo demuestra la elección de la sombra amarilla, color solar cargado de energía, por parte de varios estilistas.

Quizá a raíz de tanto tiempo de mascarillas, la boca ha pasado a un segundo plano: poquísimos labios rojos o de otros colores que llamen la atención. Se está optando por las tonalidades suaves del rosa o anaranjado. En cambio, se apuesta todo a la mirada.



Monse



Emporio Armani



Rachel Comey

Acne

EFECTO SALUDABLE

El maquillaje es imperceptible, de delicadas tonalidades neutras. Los pocos colores de las sombras y los coloretes tienen la mera función de dar al rostro una apariencia saludable y esplendente. El look que más nos ha gustado: el de Emporio Armani, con la piel bronceada.

MEDAVITA MAG ACONSEJA

REQUILIBRE

LA SOLUCIÓN EQUILIBRADORA DEL SEBO.



PARA UN CUERO CABELLUDO PROFUNDAMENTE PURIFICADO

RESULTADOS DEMOSTRADOS POR PRUEBAS CLÍNICAS

Con Jengibre, Soja, Lotion Concentrée Naturalis Essentiae.

MEDAVITA MAG ACONSEJA

Choice Mask

YA HAS ELEGIDO EL TUYO SOMBRA FAVORITA?



Mascarilla hidratante iluminadora que aviva el color, intensificando los reflejos naturales y nutriendo el cabello en un solo tratamiento. Con Amino Concentré, aceite de semilla de Arándano y aceite de Coco.

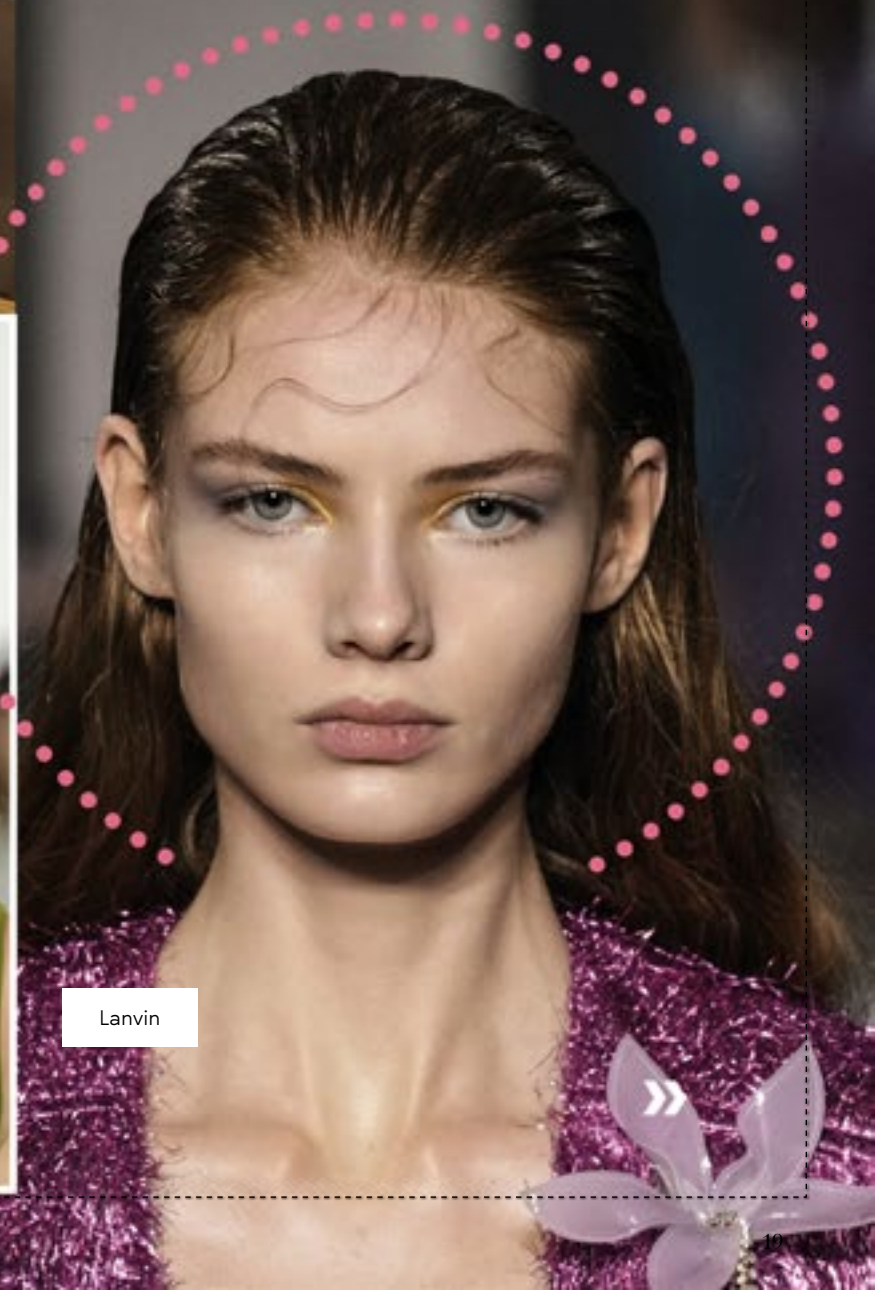
MIRADA ACENTUADA

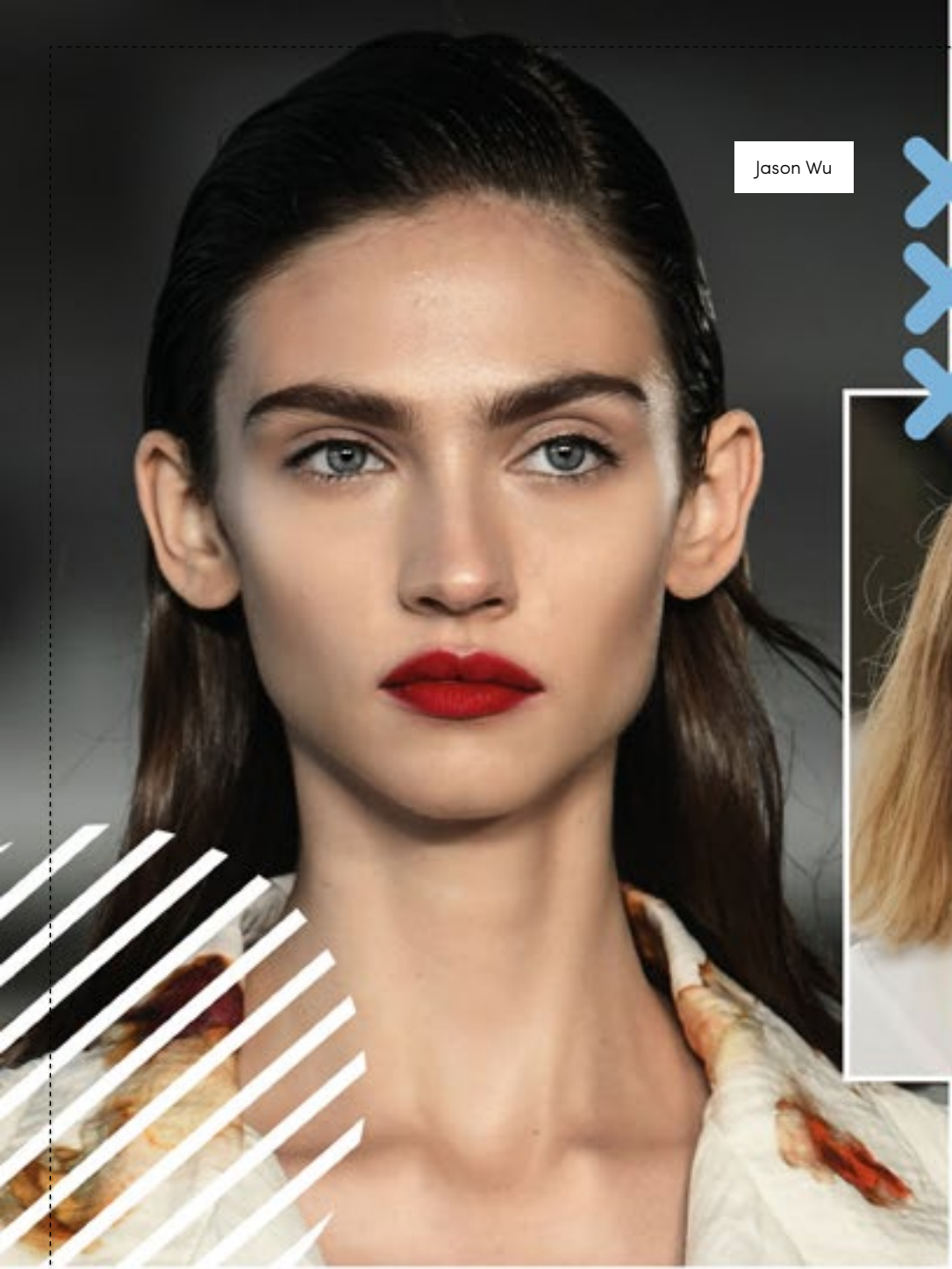
Única concesión al maquillaje de las pasarelas es la dedicada a la mirada: los trazos de delineador se convierten en obras de dibujo que remodelan o modifican el contorno de los ojos. El look más cool: el de Luar, con delineador de inspiración gatuna y perlas en los párpados.



SOMBRA Y LÁPIZ AMARILLOS

Amarillo sol con matices verde lima o violeta: son los colores vitamínicos de las sombras y lápices que aportan energía positiva a la mirada. El look que más nos ha gustado: el de la pasarela de Bibhu Mohapatra, con la sombra lima en el extremo exterior de los párpados.





Jason Wu



Loewe



Cinq
a Sept

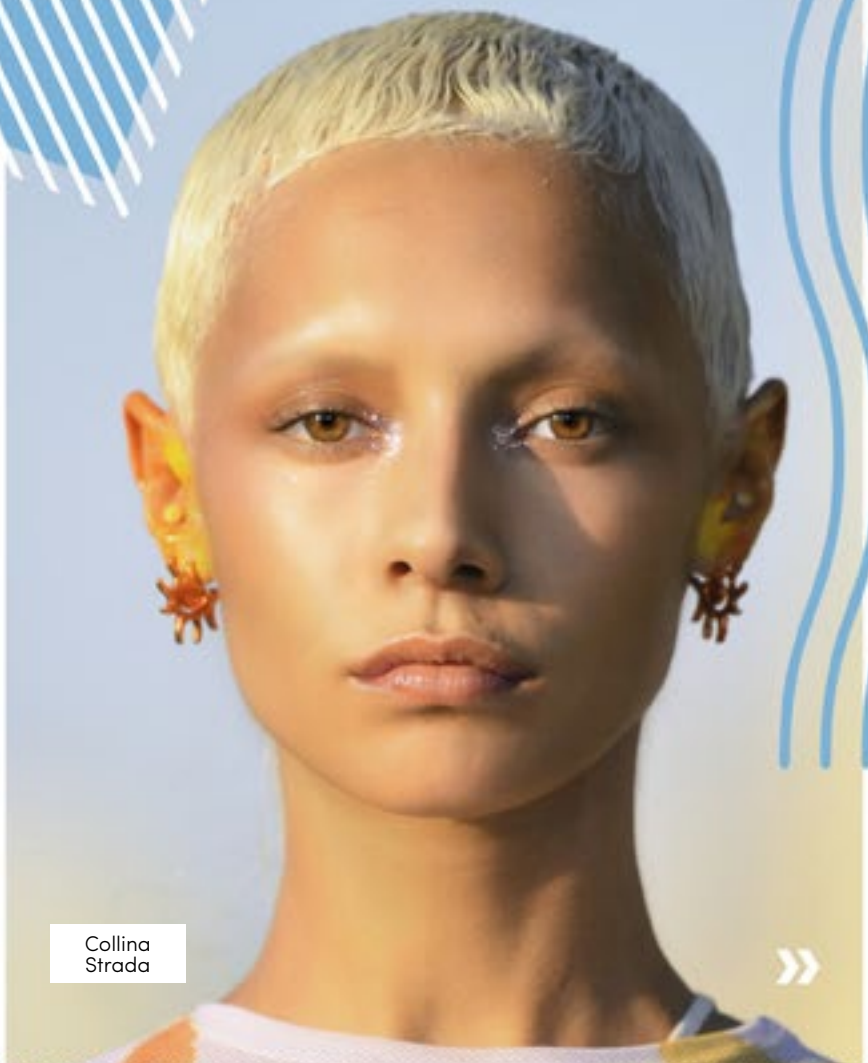


Moschino

Tras temporadas y temporadas de ondas y rizos, vuelve el lacio. En las pasarelas de primavera/verano 2022 se han visto modelos con espléndidos y saludables cabellos lacios. Un hair mood que tiene connotaciones minimalistas: cabelleras de texturas controladas, poco vistosas, menos voluminosas. Fiel demostración de que el hairstyle de los desfiles se adaptan a nuestros días.

A dominar esta tendencia es, por cierto, el corte bob: verdadero protagonista de la próxima temporada. Sencillo e impactante, enmarca naturalmente el rostro. En los cortes más largos, predomina el efecto wet, absolutamente falto de volumen.

Texturas minimalistas también para los recogidos: aparte algún peinado cardado estilo vintage de los años 60, se usarán muchísimo las coletas y las trenzas bajas, con el cabello bien tirante.



Collina
Strada

¡VIVA EL LACIO!



BOB LACIO

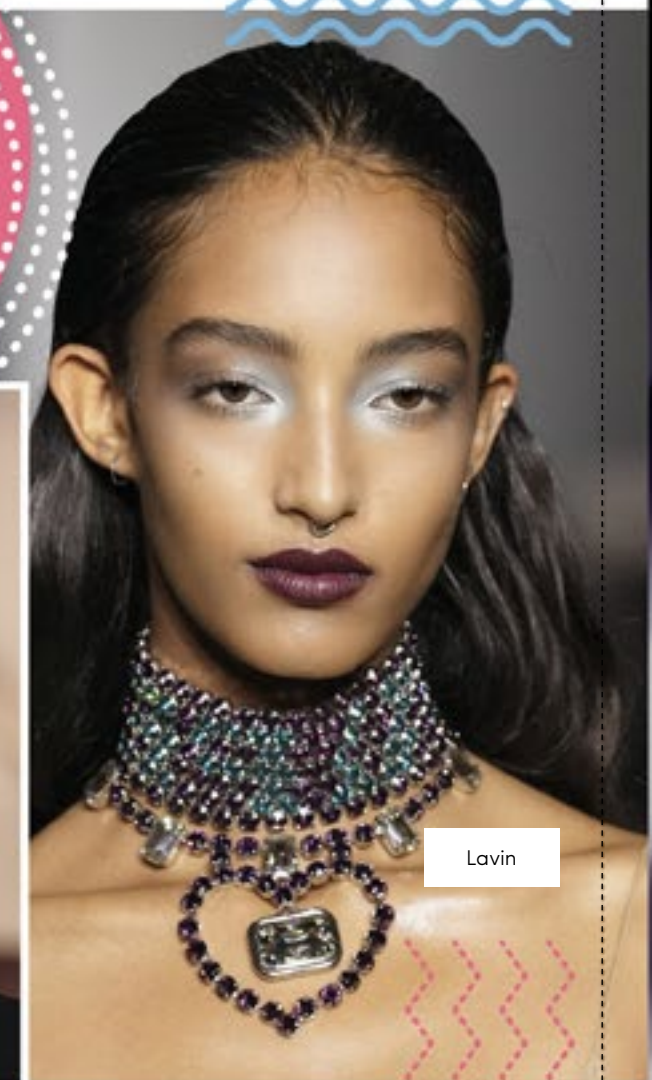
Loewe, Isabel Marant y Roberto Cavalli son solo algunos de los estilistas que han elegido hacer desfil- lar a sus modelos con un corte bob por encima de los hombros. Estos largos aportan un aspecto sencillo y elegante a la vez. En estos casos se ha preferido el lacio, con muy poco volumen. El look de Max Mara con diadema y espléndidas melenas está para copiar.

Loewe

Roberto Cavalli



Max Mara



Lavin

Cero textura y máximo esplendor para el cabello largo, en este caso súper lacio. La ausencia de volumen da como resultado un efecto mojado. El hairstyle preferido es casi siempre con raya en medio, que permite mantener el volumen bajo estricto control.

LARGO CON EFECTO MOJADO



Max Mara



Isabel Marant

MEDAVITA MAG ACONSEJA

KERATIN MIRACLE

TRES NECESIDADES, TRES PRODUCTOS, TRES ACABADOS

La línea Keratin Miracle tiene una solución para necesidades de todo tipo de cabello, para terminar el tuyo rutina de cuidado del cabello con el producto adecuado para ti.



¿TIENES EL PELO MEDIO-FINO?
Prueba el **Frizz Over Hair Mousse**, deslizar el peine y el cepillo fácilmente entre el cabello.



¿CABELLO MEDIO A GRUESO?
Base de maquillaje Go Smooth Hair
El suero es para ti para sellar las cutículas



PROTECCIÓN LLANTAS ¿TÉRMICO?
La **Termo Defensa Suavizante Spray** protege la fibra por la acción de la plancha y el secador

RECOGIDO

Para quienes adoran el recogido, las pasarelas indican dos opciones: la exageración del volumen –con moños vintage en la cabeza– o la ausencia total de texturas –con coletas y trenzas bien apretadas en la parte baja de la nuca. El primer premio se lo adjudicamos a la coleta de Proenza Schouler, atada a todo lo largo con un elástico negro.



Prettylittlething



Proenza Schouler



Bronx and Banco



Maryling



Tom Ford



Loewe

El caoba y el naranja conquistan también el complejo mundo de los desfiles que, salvo alguna excepción, mantiene por lo general su costumbre de rubios y castaños. Bellísimo el corto lila de Tom Ford, sujetado con pinzas joya.

COLORS

MEDAVITA MAG ACONSEJA

Choice Color

¿QUÉ ES ESO?

Demi-permanente, crema de **COLORACIÓN** sin amoníaco. Con Amino Concentré, aceite de semillas de arándano y alcaravea negra.

Llena, revive y vigoriza el **estructura del cabello** un color tras otro, un **tratamiento** tras otro.



- **CUBRE**
las canas
- **REFLEJOS**
naturales
- **ACLARA**
el cabello natural en 1 o 2 tonos
- **AVIVA**
el color con reflejos intensos
- **TONALIZA**

Choice es la **solución** para todas las **mujeres** que quieren **colorearse** de una manera **delicada**, respetando el color de base sin trastornarla, cubriendo de moda pelo blanco natural, camuflarlos e convirtiéndolos en el punto fuerza de tu mirada color.

VESTIDO DE NOVIA: ¿ENCAJE O RASO?

El amor todo lo puede y las novias, con sus faldas y corpiños de encaje y raso, logran superar a la grande todas las dificultades de este período para llegar fantásticas al día del sí. Quizá sea precisamente a raíz de las dificultades, que los vestidos de novia se vuelven cada vez más tradicionales, elegantes y suntuosos, como queriendo conjurar cualquier tipo de problema. Huelga decir que un corpiño sexy o un vestido adherente ya no son motivo de escándalo: toda concesión es bienvenida.

Muse by Berta

Jesus Peiro

Pronovias

House Of St.Patrick

La verdadera cuestión, aquí, es otra: ¿encaje o raso? ¿Será más bello un vestido con prevalencia de encajes, transparencias y bordados, o uno iluminado por el sobrio esplendor del raso para un look realmente majestuoso? ¡A vosotras el dilema!

Muse by Berta



MEDAVITA MAG ACONSEJA

MEDAVITA
II
IDOL



CREATIVE

DARLING

MODELING SPARKLING CREAM

CERA BRILLANTE CON FIJACIÓN ULTRA-SUAVE

Dona al cabello un **brillo** inigualable y un toque de **resplandor**, mientras modela a la perfección. Ideal para todo tipo de cabello, efecto extraordinario en cabellos rubios. No deja residuos. Contiene **Vitamina E**, **aceites de Acai** y **Jojoba**.

GUM

STRONG HOLD GEL

GEL ESTRUCTURANTE DE FIJACIÓN FUERTE

Esculpe el **cabello** con un **aspecto estructurado** y **duradero**. Separa, modela y fija incluso los estilos más extremos. Proporciona brillo y volumen extra al cabello. No deja residuos. Contiene **Vitamina E**.

MEDAVITA MAG ACONSEJA



SATIN

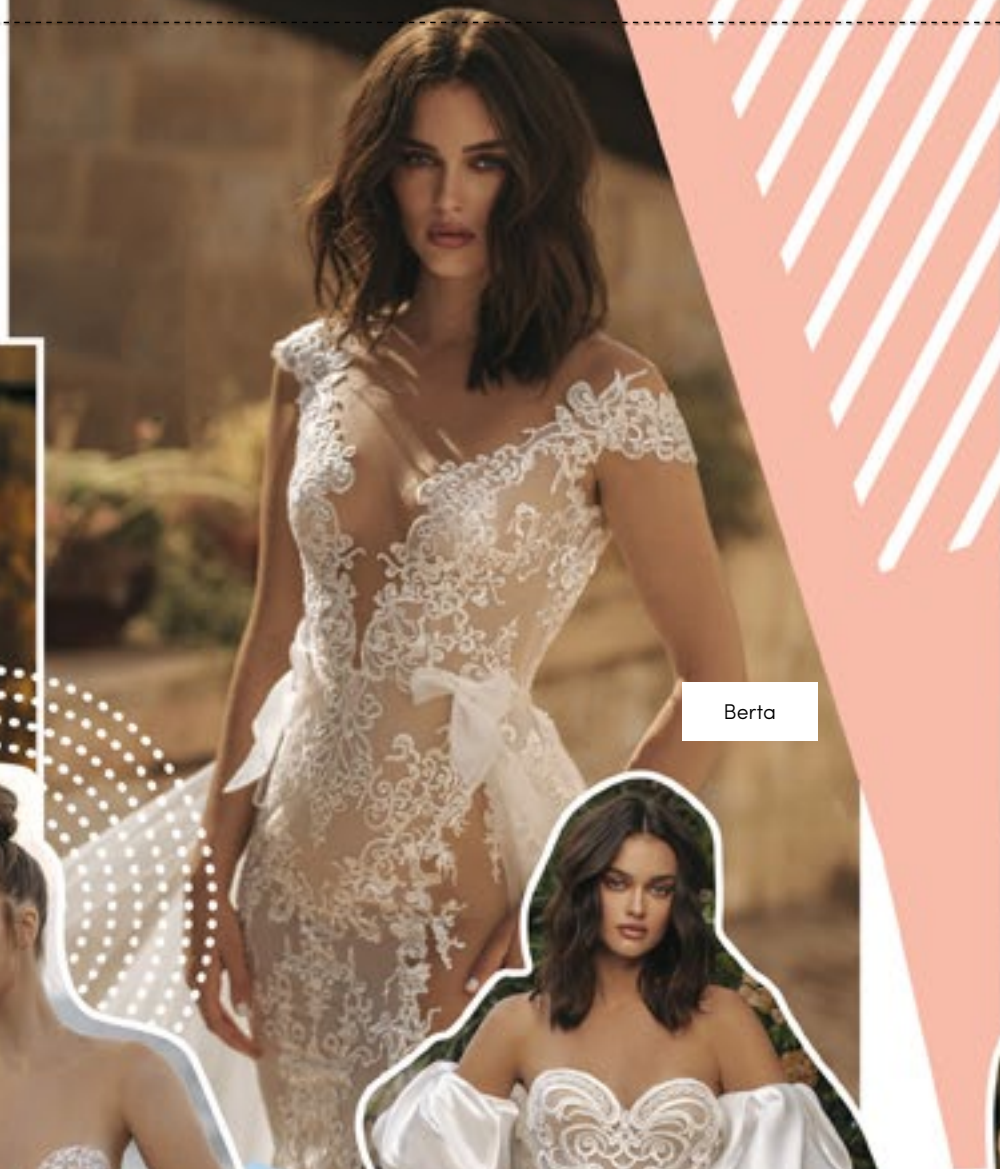
EXTRA STRONG SHAPER DRY HAIR SPRAY
LACA CON GAS DE FIJACIÓN EXTRA FUERTE
Y ACABADO ULTRA DRY

Mantiene la forma y el volumen de manera definida y elástica. Se seca rápidamente sin dejar residuos y brinda al cabello estructura y un brillo excelente. Ideal para realzar formas voluminosas de styling creativos extremos.

ENCAJE



Amelia
Casablanca



Berta



Antonio
Riva



Muse
by Berta



Berta



Jesus
Peiro

R A S O



Steven
Passaro

MONOS Y CAMISETAS COMODIDAD MASCULINA A LA MÁXIMA EXPRESIÓN

Cansado de las prendas difíciles de llevar, los hombres buscan ahora máxima comodidad y practicidad, pasando de las corbatas y chaquetas cruzadas a las camisetas de tirantes y los monos de algodón. Hasta el clásico traje masculino pierde su formalidad. Es como si los hombres ya no quisieran perder tiempo en elegir la combinación de chaqueta, pantalones y accesorios optando por una solución: el total look, que ha dominado las pasarelas de la primavera-verano 2022.

Felipe
Cerejo

Bottega
Veneta

Avellaneda

TOTAL LOOK

Es suficiente con vestirse arriba y abajo del mismo color e, incluso, del mismo tejido: hete aquí el total look. El efecto monocromático no tiene por qué ser elegante, como el de Ermenegildo Zegna. Bottega Veneta, por ejemplo, lo interpreta con un traje verde ácido que combina camisa y pantalones amplios en estilo sporty.

Act N1

Dior
Homme

Ermenegildo
Zegna



Miguel Vieira

Balmain

Bottega Veneta

Agatha Ruiz De La Prada

Dolce & Gabbana

Pe De Chumbo

Filipe Augusto

La camisa se deja en casa: se sale directamente en camiseta. Claro, este look requiere una cierta musculatura y hombros bien marcados, pero lo bueno es su gran versatilidad: puede llevarse tanto con el traje de baño como con un par de pantalones elegantes.

Las lentejuelas y los tejidos brillantes llegaron a las prendas masculinas. ¿Nuestro look preferido? El short deportivo oro y plata de Ágatha Ruiz De La Prada.

CAMISETA

MEDAVITA MAG ACONSEJA

MEDAVITA
II
IDOL



TOUCH

Tonifying shampoo & shower gel
Gel de ducha-champú tonificante

Gel de ducha-champú tonificante estudiado para las necesidades específicas de la piel y el cabello masculinos. Realiza una limpieza profunda pero delicada, sin secar la piel y el cabello.

- Alivia y descongestiona la piel y es coadyuvante en la prevención de la sequedad.
- Favorece la renovación de la epidermis gracias a la presencia de Ácido láctico y Alantoína.
- Para todos los tipos de piel y de cabellos.

MEDAVITA MAG ACONSEJA

MEDAVITA

II
IDOL



FOAM

Moisturizing shaving cream
Crema de afeitado hidratante

Crema de afeitado extremadamente hidratante que suaviza tu barba y protege tu piel durante el afeitado, dejándola suave y tersa.

- El **aceite de Coco** y la **manteca de Cacao** en su fórmula especial tienen propiedades calmantes, nutritivas e hidratantes.
- Produce una espuma rica y cremosa.
- Especialmente recomendada para pieles sensibles.



Agatha Ruiz De La Prada

Gucci

MONOS

El más corto es el de Prada, que se lleva con el clásico calzado elegante. Ya sea de algodón ligero como el de piel presentado por Gucci, el mono puede llegar a ser la prenda verdaderamente imprescindible en el guardarropa masculino de la primavera verano 2022.

Prada

Gucci

Rich Mnisi

Kenneth Ize

Reimao

Ya visto en las pasarelas femeninas, el color block ha inspirado tanto los trajes de baño como las prendas elegantes y los conjuntos deportivos. Nuestro look preferido: el conjunto elastizado con cuello alto de Rich Mnisi, que reinterpreta el color block enriqueciéndolo con diseños estampados.

Duarte

COLOR BLOCK

Cravo
Studios

Teddy
Vonranson

CON LA GOMINA EN EL BOLSILLO

No caben dudas: el efecto wet –mojado y brillante– será la tendencia del cabello masculino para la próxima temporada primavera/verano. Basta con mirar las pasarelas. Los estilistas han querido mostrar sus colecciones elegantes y deportivas con modelos cargados de brillantina y gel acabado brillo, tipo años 50. ¿La alternativa? Un look de melenas suaves, que crecen despeinadas en total libertad.

El efecto wet en el cabello masculino da el aspecto vintage que notamos en el look de los modelos de Cravo Studios y Bluemarle, con el cabello bien peinado hacia un lado o hacia atrás, así como la imagen rebelde y alternativa de los modelos que desfilaron para Raf Simons. Más allá de sus variantes, aporta un aspecto más prolijo y resuelto que también puede lograrse fácilmente en casa teniendo el producto adecuado al alcance de la mano.

EFEECTO WET

Bluemarle

Lanvin

Raf
Simons

Kevan Hall

EFEECTO SOFT

Rizos y ondas informales como los de la pasarela Lanvin, pero también cabellos ondulados no gender como el de los modelos de Kevan Hall. Este look, aparentemente fácil de obtener –basta con dejarse crecer el cabello– tiene sin embargo una consecuencia directa: también los hombres tendrán que empezar a cuidar su cabellera. De hecho, para obtener el movimiento deseado, el cabello requiere sus cuidados.



MEDAVITA

Blondie



**ABSOLUTE ICE BLONDE
BLACK BLEACHING CREAM**

LA NUEVA CREMA DECOLORANTE COSMETICA NEGRA,
PARA **OBTENER RUBIOS NATURALES/CENIZA**

www.medavita.it • Follow us on  Medavita SPA •  @medavitaofficial

MEDAVITA
**KERATIN
MIRACLE**

DISCIPLINA PARA DOMARLO,
CUIDADO PARA QUE
ESPLENDA.

La tendencia del CABELLO LACIO crece constantemente desde 2015. En efecto, más del 16% de los productos capilares en el mercado de 2021 contiene la promesa de un cabello lacio. Como sabemos, cuando se habla de cabellos lacios, lo primero que se nos ocurre es el tratamiento de Queratina. El interés mundial por la Queratina está en continua evolución desde 2004. El planchado es un tratamiento intenso y de larga duración solicitado por quienes quieren librarse del antiestético efecto crespo, verdadero enemigo de nuestras melenas. De hecho, el cabello lacio es sinónimo de orden, elegancia y sensualidad para toda mujer. Las lacias saben bien que sus queridas melenas pueden tener que enfrentarse a varios enemigos.

¿QUE CUÁLES SON?



DESHIDRATACIÓN

por falta de queratina



DÉFICIT PROTEICO

por dietas pobres en proteínas y aminoácidos esenciales



CALOR PRODUCIDO POR SECADORES

planchas y tenazas para rizos



TRATAMIENTOS QUÍMICOS

como coloraciones y permanentes frecuentes y agresivas



PRODUCTOS COSMÉTICOS

de uso cotidiano como lacas, ceras y geles



FACTORES MECÁNICOS

como cepillados fuertes y frecuentes

LOS AMIGOS DEL LACIO, EN CAMBIO, SON:

- Nutrición a base de aceites
- Detersión equilibrada con champús a base de tensioactivos ultradelicados
- Integración de la queratina con aminoácidos y proteínas afines
- Acondicionamiento y desenredo con siliconas e ingredientes innovadores que recubren el cabello, protegiéndolo
- Protección térmica con productos específicos y uso racional de las herramientas térmicas

¿QUE CUÁL ES
LA SOLUCIÓN?
LA NUEVA
LÍNEA KERATIN
MIRACLE:



el prodigioso programa de alisado profesional de Medavita, garantía de eficacia, seguridad y efecto "wow!", logrado tras años de estudio e innovación en nuestros laboratorios. Keratin Miracle es el suplemento de fitoqueratina que aporta al cabello integridad, fuerza y resistencia para combatir el encrespamiento.

¿RESULTADOS?

- 1 Cabello perfectamente lacio y disciplinado
- 2 Cabello brillante, sedoso y vital
- 3 Cabello fuerte y ordenado hasta 3 meses



Keratin Miracle es un tratamiento de alisado basado en fórmulas exclusivas enriquecidas con:

- AMINO CONCENTRÉ
- FITOQUERATINA DE TRIGO Y SOJA
- ACEITES TRATANTES DE MACADAMIA, ALGODÓN Y ALMENDRAS DULCES



SLEEK HAIR SHAMPOO
Champú superalisante efecto seda

Champú de pH ácido superalisante, que lava delicadamente el cabello mientras extiende las fibras con un efecto antiencrespamiento de gran duración.



SLEEK HAIR MASK
Mascarilla superalisante efecto seda

Mascarilla superalisante, relajante de la fibra capilar. Su fórmula contribuye a retener la hidratación en el interior de la fibra, aporta una extremada suavidad a los medios y envuelve el cabello con una barrera protectora contra la aridez y la humedad a la vez. Gracias a este intenso acondicionamiento e hidratación, la cabellera resulta sumamente luminosa, lisa y dócil de peinar.

FÓRMULA ENRIQUECIDA CON:

- ACEITES PRECIOSOS Contiene aceites preciosos de: Macadamia, Algodón, Almendras dulces, Oliva, Aguacate, Soja, manteca de Mango y manteca de Cacao.
- AMINO CONCENTRÉ Fórmula enriquecida con el valioso complejo Amino Concentré a base de aminoácidos Serina y Treonina.
- No contiene, en cambio, sales y sulfatos añadidos.



IDEAL PARA CABELLOS DE ESPESOR MEDIO FINO

FRIZZ OVER HAIR MOUSSE

Mousse stop al encrespamiento

Mousse sin aclarado para antes del peinado. Sellas las cutículas facilitando el deslizamiento del peine y el cepillo, dejando la cabellera con cuerpo, suave y sedosa al tacto. Ayuda a mantener el peinado esplendente durante más tiempo. Ideal para cabellos de espesor medio fino.

- FÓRMULA ENRIQUECIDA CON:**
- ACEITES PRECIOSOS Contiene aceites preciosos de: Macadamia, Algodón, Almendras dulces, Oliva, Aguacate, Soja, manteca de Mango y manteca de Cacao.



IDEAL PARA CABELLOS DE ESPESOR MEDIO GRUESO

SMOOTHING THERMO DEFENCE SPRAY

Spray termoprotector efecto lacio

Spray termoprotector de la fibra contra la acción de herramientas térmicas de peinado con temperaturas superiores a 230 °C. Sella las cutículas preservando el brillo del cabello y contrastando la humedad y el encrespamiento. Para todo tipo de cabello.

- FÓRMULA ENRIQUECIDA CON:**
- ACEITES PRECIOSOS Contiene aceites preciosos de: Macadamia, Algodón, Almendras dulces, Oliva, Aguacate, Soja, manteca de Mango y manteca de Cacao.

GO SMOOTH HAIR FOUNDATION SERUM

Suero fundente para uniformar medios y puntas

Crema sin aclarado formulada para proteger los medios y las puntas durante y después del secado. Compacta las escamas de queratina y, al sellar la cutícula, deja el cabello ligero y sedoso. Ideal para cabellos de espesor medio grueso.

- FÓRMULA ENRIQUECIDA CON:**
- ACEITES PRECIOSOS Contiene aceites preciosos de: Macadamia, Algodón, Almendras dulces, Oliva, Aguacate, Soja, manteca de Mango y manteca de Cacao.
 - AMINO CONCENTRÉ Fórmula enriquecida con el valioso complejo Amino Concentré a base de aminoácidos Serina y Treonina.



THERMO PROTECTION 230°C




MEDAVITA

KERATIN MIRACLE

UN TRATAMIENTO DE ALISADO, COMPUESTO POR
FÓRMULAS EXCLUSIVAS ENRIQUECIDAS CON:



- Amino Concentré
- Fitoqueratina de trigo y soja
- Aceites tratantes de macadamia, algodón y almendra dulce

Love is in *the Hair*

por la Redacción

Laminación capilar

EL TRATAMIENTO MÁS AMADO
AL OTRO LADO DEL OCÉANO

El proyecto de restituir vigor y brillo al cabello estresado pasa por la laminación... exacto, ¡del cabello!

Hasta hoy solo has oído hablar de laminación de pestañas y cejas, ¿no es cierto?

Pues hace un tiempo, dado el enorme éxito de este tratamiento para las cejas, la laminación se aplica también al cabello, proceso que domina el panorama de los tratamientos haircare. Es algo cada vez más popular y solicitado, una verdadera tendencia.

¿Alargamiento, espesamiento o extensiones? No, no se trata de ninguna de estas opciones.

Es un tratamiento muy utilizado y de moda en Estados Unidos, considerada su gran eficacia y los resultados sorprendentemente naturales. La lami-

DADO EL ENORME ÉXITO DE ESTE TRATAMIENTO PARA LAS **CEJAS**, LA **LAMINACIÓN** SE **APLICA** TAMBIÉN AL **CABELLO**, PROCESO QUE **DOMINA** EL PANORAMA DE LOS **TRATAMIENTOS HAIRCARE**. ES ALGO CADA VEZ MÁS **POPULAR** Y **SOLICITADO**, UNA VERDADERA **TENDENCIA**



nación capilar se basa en los mismos principios que la de las pestañas: se busca fortalecer y espesar la capa más externa del cabello para dejarlo no solo maravillosamente esplendente, sino también saludable.

Es así como este fantástico tratamiento, hasta ahora privilegio exclusivo de las celebridades más ambiciosas, llega a los salones de todo el mundo. Es una técnica ya en auge en Estados Unidos, que debe su popularidad a Chris Appleton, estilista de Jennifer Lopez y Kim Kardashian.

Antes había llegado la tendencia de belleza coreana de la glass skin, o piel de cristal, que preveía un cutis ultrateroso y luminoso. Ahora, ese mismo concepto está tomando una nueva forma: el glass hair, cuya paternidad se atribuye al estilista Chris Appleton. Esta expresión significa literalmente “cabello de cristal”, debido a su textura estrictamente perfecta, así como a su efecto superlacio. Hoy es una de las tendencias más apreciadas por las estrellas de las redes sociales, que lucen melenas impecables, brillantes como el cristal. Kim Kardashian no

SE BUSCA FORTALECER Y ESPESAR LA CAPA MÁS EXTERNA DEL CABELLO PARA DEJARLO NO SOLO MARAVILLOSAMENTE ESPLENDENTE, SINO TAMBIÉN SALUDABLE

podía quedarse atrás y, para el estreno de What Goes Around Comes Around de Christie's, en el lejano 2018, presumió de un bob perfectamente simétrico de glass hair: un carré superlacio sin imperfecciones. Chris es su hairstylist, llega directamente de Inglaterra y es el más demandado en toda Hollywood. Se ha convertido en una verdadera divinidad pagana en materia de cabello y lo ha hecho con tanta naturalidad que venerar sus obras resulta prácticamente superfluo. Se comenta, y sin siquiera tanto disimulo, que Chris



Appleton ha elevado las melenas lacias y largas a una joya más para ostentar. En efecto los papeles cantan, y en este caso los papeles son Instagram: su perfil (celebrado por nada menos que 2,3 millones de seguidores) hace alarde de fotos con más estrellas de Hollywood que las de los créditos de Ocean's 8. Kim Kardashian, J. LO, Ariana Grande, Rita Ora, Katy Perry son solo algunas de las diosas peinadas por Chris.

El glass hair se ha vuelto viral, convirtiéndose en la tendencia más en boga del momento, sobre todo gracias a los perfiles Instagram de las — más o menos— famosas que eligieron un cabello superlacio con corte carré o melenas largas e impecables capaces de reflejar la luz al igual que un cristal. El glass hair retoma el nombre de la glass skin, el cutis ultra esplendente lanzado por las coreanas: por una vez, el cabello ondulado se ve eclipsado por otro, extra lacio, brillante y de corte neto.

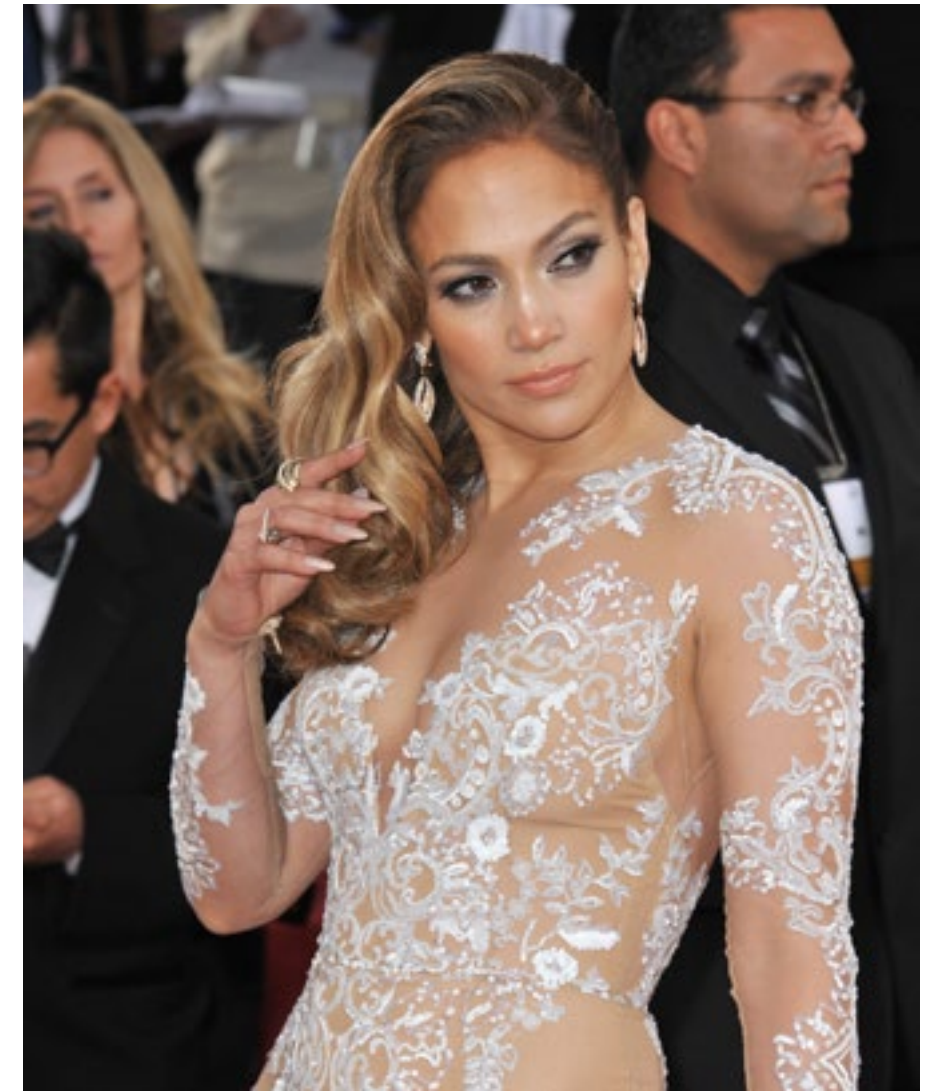
Después de todo, ¿a quién no le gustaría tener una melena esplendente y saludable, llena de reflejos? En Italia, y generalmente en Europa, este tipo de tratamiento no está muy difundido aún, por tanto es posible que todavía no hayas oído hablar de él. En particular, este proceso promete reconstruir la fibra capilar, creando un efecto protector a largo plazo contra los agen-

tes atmosféricos y dejando el cabello disciplinado, sano y brillante. Todo esto obviamente en el salón, donde el experto aplica una serie de productos profesionales.

El resultado, entonces, es una cabellera brillante y luminosa, llena de reflejos y evidentemente más bella. Es un tratamiento que poco a poco se está abriendo camino en todas partes. No es casualidad que en las redes sociales se publiquen muchísimos antes y después (los Before&After) de mujeres que optaron por la laminación capilar, encomendándose a su peluquero de confianza y consiguiendo así mejorar el aspecto de un cabello desfibrado y dañado.

La laminación capilar, prácticamente como la de las pestañas (y otros tratamientos similares como el lash filler, o botox para pestañas), pretende aportar brillo al cabello, mejorando su aspecto para que luzca realmente fuerte y saludable. Concretamente, el peluquero recubre la melena con una mezcla de productos, que deja actuar durante un tiempo. Como en el caso del tratamiento de queratina, luego se procede con el secado: gracias al calor del secador, las escamas del cabello se sellan perfectamente, preservando las proteínas que contribuyen a la reparación de los daños en raíces y tallos. De esta manera, el cabello

ESTE PROCESO PROMETE RECONSTRUIR LA FIBRA CAPILAR, CREANDO UN EFECTO PROTECTOR A LARGO PLAZO CONTRA LOS AGENTES ATMOSFÉRICOS Y DEJANDO EL CABELLO DISCIPLINADO, SANO Y BRILLANTE



resulta enseguida más bello, luminoso y saludable. La textura típica del glass hair se obtiene también con el uso de productos específicos para el alisado y el brillo. Espráis, mousses, geles, aceites, ceras, lacas... ¡las opciones son infinitas! Una vez decidido el corte y los productos para utilizar, es necesario preparar el cabello con cepillo y secador, ayudándose incluso con la plancha. Desde el punto de vista de la salud capilar, el objetivo principal de la laminación es proteger el cabello contra la inevitable dispersión de humedad causada por la exposición a la luz solar, las toxinas y los lavados excesivos. Son los así llamados factores ambientales que pueden dañar nuestra melena, por lo cual

es importante lavarla e hidratarla para reducir estos daños y poder garantizar un aspecto saludable y luminoso. No se trata, por tanto, de un mero resultado estético, también muy importante, sino de un remedio eficaz para las cabelleras opacas, dañadas y que tienden al encrespamiento. En efecto, la laminación capilar mantiene viva la presencia de agua en el cabello, dejándolo más hidratado y luminoso.

Más allá de que sean cortas o maxi, el común denominador de estas melenas de tendencia son los mechones que caen a plomo, superderechos, de color intenso y con infinitos reflejos. ¿Y el encrespamiento? ¡Desaparecido!

PRIMERO

DESPUÉS





MEDAVITA

VELOUR

Gracias a las propiedades calmantes, protectoras y reequilibrio del conjunto de **principios activos vegetales** que componen la fórmula **Velour** está en capaz de reducir significativamente: **Enrojecimiento** de la piel, **Descamación**, **Prurito**, **Irritaciones**.



LAVANDA
Antibacteriana
y antiséptica

**GERMEN
DE TRIGO**
Antioxidantes
y emolientes

ALANTOÍNA
Lenitiva
y hidratante

Liss Addicted

por la Redacción

...

5 CABELLO LACIO — CONSEJOS SOBRE QUÉ HACER Y QUÉ EVITAR PARA QUE LUZCA SIEMPRE IMPECABLE

Con el cierre global que en 2020-2021 afectó los salones de belleza durante largos períodos, todos tuvimos que ocuparnos personalmente de nuestras melenas. Los nuevos rituales aprendidos en estas circunstancias no sustituyeron las visitas a las peluquerías, sino más bien aumentaron la conciencia de poder atender las necesidades de cada uno, empezando en nuestra propia casa. Nuevas aspiraciones de tratamientos y la tendencia al cuidado perso-

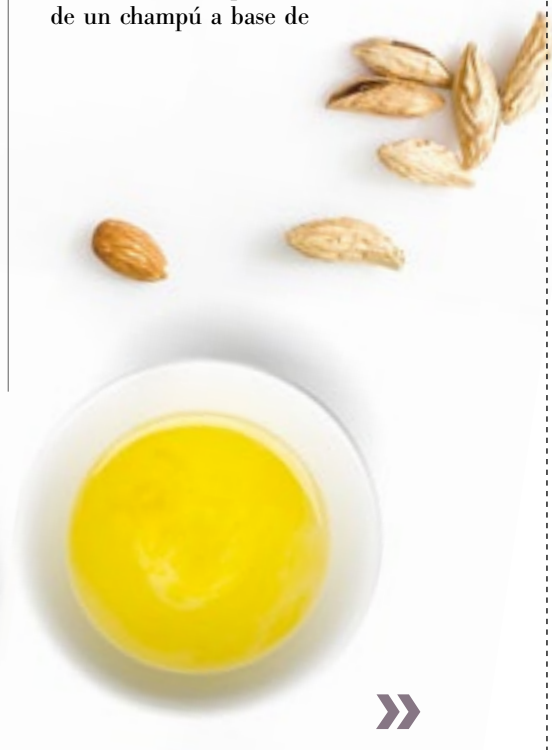
nal son las que hoy lideran el cambio. La palabra clave es “cuidado”: aquellas atenciones según nuestro tipo de cabello —como por ejemplo el lacio no encrespado— que hacen que la melena luzca en orden y elegante y las mujeres se sientan seguras presumiendo de una cabellera lacia, cuidada, compacta, esplendente y sensual, que favorece incluso una figura esbelta y un rostro reluciente.

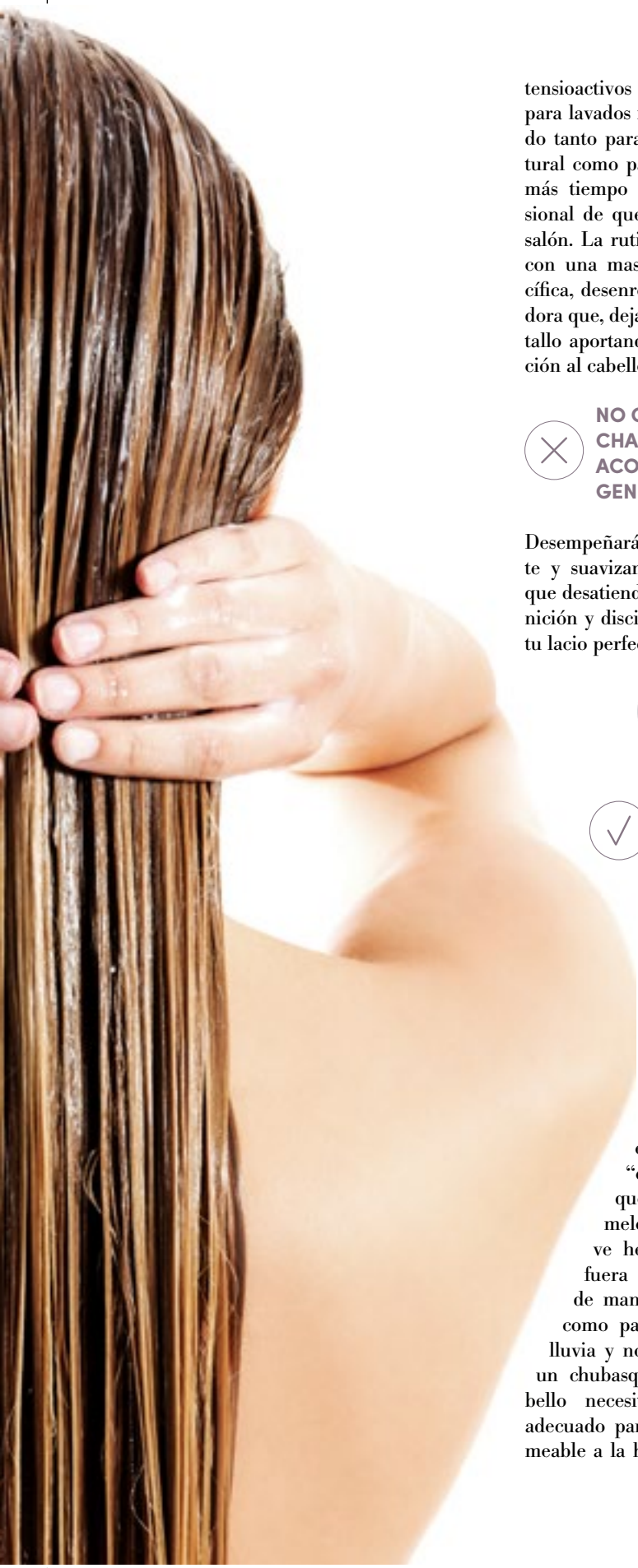
¿Pero cómo obtener el lacio perfecto? Se requieren diferentes precauciones en función del tipo de cabello —naturalmente lacio, ondulado, fino, grueso, tratado, que tiende al encrespamiento, etc.— ¡y es aquí que el consejo personalizado del peluquero experto es valioso e insustituible! Sin embargo, existen consejos universales sobre las prácticas recomendadas y comportamientos a evitar válidos para quien desee obtener una melena lacia, cuidada y sin más daños. Aquí te proponemos 5 de los que no puedes prescindir en absoluto:

1

✓ COMIENZA CON LA ELECCIÓN DE UN CHAMPÚ Y UNA MASCARILLA ESPECÍFICOS

Productos con fórmulas concebidas teniendo en cuenta las exigencias típicas del cabello lacio, como la disciplina, el mantenimiento del peinado y el efecto anti encrespamiento. Sacarás provecho de un champú a base de





tensioactivos ultra delicados, ideal para lavados frecuentes, desarrollado tanto para respetar el lacio natural como para mantener durante más tiempo el tratamiento profesional de queratina aplicado en el salón. La rutina de detersión sigue con una mascarilla también específica, desenredante y acondicionadora que, dejada actuar, envuelve el tallo aportando nutrición y protección al cabello.

✕ **NO CONFÍES EN CHAMPÚS Y ACONDICIONADORES GENÉRICOS**

Desempeñarán su acción detergente y suavizante, pero el riesgo es que desatiendan los efectos de definición y disciplina que buscas para tu lacio perfecto.

2

✓ **COMBATE ACTIVAMENTE EL ENCRESPAMIENTO**

El encrespamiento no perdona ningún tipo de cabello. Se presenta cuando la tasa de humedad ambiental es elevada y la fibra capilar absorbe agua, provocando el tan temido cabello “esponjoso”. Cuando la que se encrespa es una melena lacia, esta se vuelve heterogénea, ondulada, fuera de control e incapaz de mantener el peinado. Así como para protegernos de la lluvia y no mojarnos utilizamos un chubasquero, también el cabello necesita un revestimiento adecuado para mantenerse impermeable a la humedad: es aquí que

EL ENCRESPAMIENTO SE PRESENTA CUANDO LA TASA DE HUMEDAD AMBIENTAL ES ELEVADA Y LA FIBRA CAPILAR ABSORBE AGUA, PROVOCANDO EL TAN TEMIDO CABELLO “ESPONJOSO”

entran en juego los ingredientes específicos que vayamos a aplicar. Los aceites vegetales, gracias a su propiedad lipídica “enemiga” del agua, son unos agentes anti encrespamiento naturales: envuelven la superficie capilar para que se mantenga protegida y resista a la absorción de humedad externa, volviendo el cabello esplendente y sedoso. Otro posible truco es el uso de un producto formulado específicamente para eliminar el encrespamiento: se aplica en los medios, entre las fases de lavado y peinado, para proteger la cabellera del efecto frizz durante y después del secado.

✕ **NO EVITES LOS ACEITES PENSANDO QUE APELMAZAN EL CABELLO**

El universo de los aceites es infinito: si por un lado es verdad que hay algunos grasos y pegajosos, también es cierto que existen otros con valiosas composiciones lipídicas que los vuelven ligeros e ideales para alisar la superficie capilar sin apelmazar la melena. Es el caso de preciados aceites de origen natural, como el de macadamia, de almendras dulces o de algodón, pero también el de aceites silícónicos que revisten el cabello protegiéndolo y acondicionándolo.



3

✓ **PROTEGE TU CABELLERA DEL CALOR**

¡Levante la mano quien no sabe cuán graves pueden ser planchas y rizadores! El uso prolongado, repetido y a altas temperaturas de herramientas térmicas es la causa principal de la deshidratación, la opacidad y el aspecto desfibrado, “vaciado” o abierto de las puntas. Si te reconoces en esta descripción, tienes que intervenir. De lo contrario, es mejor prevenir. ¿Cómo? Ante todo, teniendo bajo control el calor: al usar el secador, la plancha y el rizador, es recomendable no optar por temperaturas extremas, así como es crucial adaptarlas a nuestra tipología de cabello: cuanto más sensible, dañado o tratado esté, más baja deberá ser la temperatura. A esto se añade un valioso aliado: el termoprotector. Se trata de un producto para aplicar sobre el cabello lavado y secado con toalla, antes de proceder con el peinado, para proteger la fibra contra la acción de herramientas térmicas y de secado.

✕ **NO EXAGERES CON EL CALOR Y TRATAMIENTOS AGRESIVOS**

Si bien el uso de un termoprotector ayuda a prevenir los daños causados por el calor, se aconseja de todos modos un uso prudente de estos instrumentos, en particular cuando se combinan con otros factores que puedan estresar el cabello. Hablamos de permanentes, coloraciones y decoloraciones, que es mejor no concentrar sino distribuir en un período de tiempo adecuado. Otro consejo es el de no abusar de cepillos, lacas, ceras y geles.



MEDAVITA MAG ACONSEJA

KERATIN MIRACLE



GO SMOOTH HAIR FOUNDATION SERUM

Suero fundente sin enjuague para aplicar sobre el cabello lavado y secado con toalla y peinar antes de proceder con el secado. Ejerce una acción homogeneizadora en los medios y las puntas, compacta las escamas de queratina y sella las cutículas, aportando ligereza y suavidad al cabello.

Ideal para cabellos medios y gruesos, contiene fitoqueratina – fortalecedora – y nobles aceites de macadamia, almendras dulces y algodón, que envuelven y alisan la superficie capilar confiriendo brillo, disciplina y control del volumen.



EL USO PROLONGADO, REPETIDO Y A ALTAS TEMPERATURAS DE HERRAMIENTAS TÉRMICAS ES LA CAUSA PRINCIPAL DE LA DESHIDRATACIÓN, LA OPACIDAD Y EL ASPECTO DESFIBRADO, "VACIADO" O ABIERTO DE LAS PUNTAS

4



ESCOGE LOS PRODUCTOS LEAVE-IN ADECUADOS PARA TU MELENA

Tras la aplicación de champú y mascarilla, muchos pasan directamente al secado, sin utilizar un apropiado producto sin enjuague. Lo cual es un error, como recuerda la palabra misma: leave-in significa que ese producto permanece después de su aplicación y no requiere enjuague.



NO HAGAS BUILD UP

Es decir, no superpongas demasiados productos, de lo contrario obtendrías una melena apelmazada, pesada, sin volumen ni definición. Si champú y mascarilla son el dúo ineludible para todas, para las lacias deberían serlo también los leave-in. Procura de todos modos no exagerar: la clave para no cometer errores es la experiencia del peluquero quien, en función del cabello de la cliente y de los productos propuestos, sabrá crear una hair routine a medida para evitar el riesgo "apelmazamiento".

5



NUTRE TU MELENA

El cabello lacio se beneficia no solo de aceites emolientes con efecto



anti encrespamiento, sino también del aporte de queratina o fitoqueratina — es decir, queratina de origen vegetal. La estructura de la fitoqueratina simula la queratina naturalmente presente en el cabello, por tanto su aplicación aumenta su fuerza y elasticidad, haciendo que el tallo quede más protegido y menos sometido a los daños del peinado. Al mismo tiempo facilita la peinabilidad y el secado del cabello, combatiendo la electricidad estática acumulada y reduciendo el encrespamiento.



NO PIENSES QUE EL TRATAMIENTO DE QUERATINA ESTÁ DESTINADO SOLO A LAS RIZADAS QUE DESEAN UNA MELENA LACIA

Si tienes un cabello lacio natural pero no quieres preocuparte de la duración del peinado y deseas un efecto anti encrespamiento con una fijación "de peluquería", el alisado en el salón también es bueno para ti. Gracias a la acción combinada de queratina y valiosos aceites tratan-tes, este tratamiento deja el cabello disciplinado, ligero, esplendente y controlado hasta tres meses. ■





MEDAVITA

SOLARICH

YOUR DAILY DOSE OF SUNLIGHT.

www.medavita.it • Follow us on  Medavita SPA •  @medavitaofficial



Hair Expert

por Silvia Cecchinato
Experta de cuidado capilar Medavita

...

TODO EL AÑO, QUE HAYA
SOL O NUBES

— no olvides tu — protección solar

Toda persona que quiera saber cómo cuidar correctamente del cutis facial habrá notando cuánta importancia dan los cosmetólogos de todo el mundo a la protección solar.

En particular, sobre todo en Estados Unidos, se está abriendo camino la recomendación de aplicar cremas con factores de protección solar durante todo el año, antes del maquillaje. Esto porque, como todos sabemos, la piel está muy sometida a los daños de los rayos solares, que conllevan la formación de radicales libres, estrés oxidativo, envejecimiento cutáneo y, no menos importante, melanomas.

En concreto, se distinguen tres tipos de rayos solares: los UVA, que penetran en nuestra piel, atraviesan

la epidermis y llegan a la dermis; los UVB, que no penetran en la piel y permanecen en la superficie; y los UVC, que no tienen efectos sobre la piel porque son bloqueados por la capa de ozono.

**LOS DAÑOS
DE LOS RAYOS
SOLARES EN
EL CUERO
CABELLUDO
AFECTAN LA
SALUD DE LOS
FOLÍCULOS
PILOSOS Y, POR
ENDE, LA DEL
CABELLO**

Contrariamente a la opinión común, estos rayos no están solo en verano sino durante todo el año, así como no se presentan solo cuando hay sol, sino también cuando está nublado o llueve.

En un congreso de 2007, un famoso meteorólogo explicó que durante un día despejado y soleado la capa de ozono de la atmósfera nos protege mucho más que durante un día gris y nublado. Otro dato interesante es que la unidad de medida de la energía radiante recibida por área de superficie se llama irradiancia, a menudo asociada a una longitud de onda de la radiación. La suma de la irradiancia por un período de tiempo se llama energía radiante. Según el número de horas de exposición, del área geográfica y de la incidencia de los rayos solares es posible de-



terminar la cantidad de energía solar absorbida por una persona.

Naturalmente, el rostro es una de las partes del cuerpo más expuestas a los agentes externos y medioambientales durante todo el año, pero ¿por qué no dedicar la misma atención y cuidados también al cuero cabelludo y al cabello?

En realidad es esta la parte más expuesta a la acción de los rayos solares y, si lo pensamos bien, el cuero cabelludo no es más que la prolongación del cutis, y necesita la misma protección y cuidado.

Además, los daños de los rayos solares en el cuero cabelludo afectan la salud de los folículos pilosos y, por ende, la del cabello. Los rayos UVA y UVB, en efecto, dañan principal y directamente las células de diferenciación rápida, precisamente como las de nuestros folículos pilosos. Al atacarlas, provocan su deterioro y a veces la muerte, pero en todo caso

se produce una alteración en la diferenciación celular que es responsable de la formación y el crecimiento del cabello.

Los primeros en afectarse son precisamente los bulbos del cabello en crecimiento, seguidos por el tallo, gravemente expuesto a los agentes externos, incluidos los rayos solares directos. Muchos estudios destacaron que el factor principal que deteriora y daña la queratina capilar es precisamente la radiación solar. Su efecto sobre el cabello determina modificaciones químicas y estructurales del tallo, a cualquier edad y tanto en las melenas sanas como en las castigadas. Generalmente los cabellos rubios son menos fotoestables que los castaños o morenos, debido a la protección

parcial de la melanina. Los cabellos sometidos a tratamientos químicos y físicos, en cambio, suelen aclararse y amarillearse, mientras que los grises son los más afectados.

Los daños de los rayos UV sobre el cabello, en sustancia, determinan cambios contundentes en la composición química del cabello provocando foto oxidación —en particular los UVA que, además, causan su envejecimiento. No olvidemos, por último, que la humedad puede aumentar estos daños de manera significativa.

El fuerte calor directo altera su estructura porque afecta la cutícula externa provocando fracturas y fisuras que, con el tiempo, llevan los tallos a alteraciones como puntas abiertas, cabellos quebradizos, secos u opacos. La cutícula, de hecho, no contiene melanina y por tanto no dispone de una protección natural propia contra los rayos solares.

Sin olvidarnos de que estos, especialmente los UVA, penetran en la epidermis y alcanzan la dermis, llegando por ende a los folículos pilosos y provocando la caída o el afinamiento del cabello.

A menudo se observa un effluvio telógeno agudo, cuyo daño biológico causa la apoptosis y la muerte celular en varias zonas del bulbo, provocadas por las radiaciones solares en el ADN. Nos habrá ocurrido muchas veces que se nos quemara el cuero cabelludo y que esto nos ocasionara dolor o prurito. La causa son los rayos del sol, que primero dañan el cutis y luego el cabello.

Ahora bien, no hace falta recordar que para proteger nuestra cabellera es necesario acompañar una rutina de skincare con otra de haircare igual de importante.

Es verdad que el rostro es la primera

cosa que observamos cuando estamos ante al espejo, pero también es verdad que la melena es su marco, y cuando esta comienza a dañarse y a perder el aspecto que nos gusta, se activan unos mecanismos en los que dominan las ganas de reparar los daños lo antes posible. Por tanto, como siempre decimos y nunca dejaremos de decir: “más vale prevenir que curar”.

Sabemos entonces que los rayos solares provocan unas reacciones celulares para nada insignificantes, que están todo el año y en cualquier condición meteorológica, así que ahora tenemos que tomar conciencia de ello y actuar de manera adecuada.

Así como para el cuidado del cutis el mercado propone cremas y sueros con filtros solares, existen también productos dedicados a la protección solar del cuero cabelludo y el cabello.

Es verdad, son menos conocidos, pero a decir verdad son igual de importantes y tenemos que llevarlos siempre con nosotros, en cualquier estación y clima. En la rutina de skincare, los productos solares tienen fórmulas especiales para proteger contra los rayos UV, es cierto, pero también para hidratar la piel y equilibrar el manto hidrolipídico y el pH cutáneo. En el sector del haircare, los productos contienen ingredientes activos capaces de proteger, hidratar y reparar el tallo, así como aliviar, equilibrar y preservar el cuero cabelludo.

La elección de la fórmula es fundamental para que el filtro solar se deposite en la cantidad adecuada y permanezca el tiempo suficiente sobre el cuero cabelludo y el tallo del cabello.

Para retrasar su envejecimiento y deterioro, es cada vez más importante cuidar de nuestro cabello y cuero cabelludo, así como seguir los consejos de los expertos para una excelente rutina de haircare, incluso bajo el sol!

ES
NECESARIO
ACOMPañAR
UNA RUTINA
DE SKINCARE
CON OTRA DE
HAIRCARE
IGUAL DE
IMPORTANTE

SOLARICH ACEITE EN CREMA MILAGROSO 10 EN 1

¿Vacaciones en la playa y cabello expuesto al sol? ¡No hay peligro! Además de tu libro favorito y el gafas de sol, no olvides nuestro Aceite en crema milagroso 10 en 1 de la línea Solarich.



Gracias a los **filtros UVA/UVB**, preserva la estructura y el color de la fibra capilar de la exposición a los rayos solares. Su textura, al mismo tiempo rica y ligera, aporta nutrientes

intensos a la melena sin apelmazarla, hidrata, aporta luminosidad y disciplina el cabello expuesto al cloro y a los agentes atmosféricos.



LOTION CONCENTRÉE

13 PRINCIPIOS ACTIVOS VEGETALES DE GRAN VITALIDAD Y POTENCIA.
UN CONCENTRADO DE NATURALEZA QUE DA VIDA AL CABELLO.

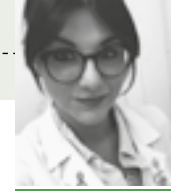
70%*
Frena la
caída¹

70%*
Fortalece
el cabello²

79%*
Reduce
la caspa³



Dime lo que
COMES



Take Care of Yourself
dra. Anna Piacente
Bióloga de la nutrición, experta en tricología
...

Y TE DIRÉ QUÉ Cabello tienes

¿Recuerdas la famosa frase “Dime lo que comes y te diré quién eres” del gastrónomo y político Jean Anthelme Brillat-Savarin?

Ese dicho, por cierto, se aplica también a nuestro cabello. De hecho, su salud depende de nuestro bienestar general, al igual que los otros anexos cutáneos. Si lo pensamos bien, ¿quién de nosotros no ha notado un cambio cualitativo o cuantitativo en nuestro cabello a raíz de un estrés psicológico, una operación quirúrgica o una dieta desequilibrada?

En este artículo hablaremos precisamente de la relación existente entre la nutrición y el cabello, analizando datos de varios estudios que han evaluado la correlación entre la pérdida del cabello y las carencias de macro y micronutrientes.

Para comprender cómo inciden nuestras costumbres alimentarias en la salud del cabello, cabe especificar ante todo que el metabolismo del folículo piloso y, por ende, el crecimiento del cabello, requiere la acción de las proteínas, de los ácidos grasos esenciales, de las vitaminas A, E y del grupo B, así como de minerales como hierro, zinc, magnesio, cobre y selenio.

El Dr. Bradfield ha demostrado que

en algunos voluntarios sometidos a dieta aproteica (sin proteínas), el diámetro del bulbo capilar se reduce significativamente ya a los 11 días, mientras que a los 14 se va despigmentando hasta llegar a caer.

**COMPUESTOS
IMPORTANTES
PARA LA SALUD
DEL CABELLO
FEMENINO COMO
LOS POLIFENOLES,
ENTRE LOS CUALES
LOS FLAVONOIDES
EJERCEN UNA
SIGNIFICATIVA
ACCIÓN
ANTIOXIDANTE**

También son importantes los ácidos esenciales que constituyen las membranas celulares. En determinadas condiciones, como por ejemplo en caso de alimentación parenteral (con el así llamado “gotero”) sin sustancias grasas, se ha notado una descamación

de las cejas y el cuero cabelludo, así como un aumento de aridez, despigmentación, desestructuración e incluso caída del cabello.

Un estudio de 2018 se concentró en la acción de los minerales y vitaminas en las alopecias no cicatriciales (efluvio telógeno -ET-, alopecia androgénica -AGA- y alopecia areata -AA-) y en el encanecimiento prematuro. Se analizaron en particular los niveles de las vitaminas A, B, C, D y E, así como de hierro, selenio y zinc.

Por lo que concierne a la vitamina D, en ET y AGA los resultados son contrastantes, pero los autores concuerdan en integrar esta vitamina en los pacientes carentes que manifiestan pérdida de cabello. En caso de AA, varios estudios han demostrado una asociación entre esta patología y la deficiencia de vitamina D. Por otro lado, no hay datos sobre su incidencia en el encanecimiento.

Con respecto a la vitamina C, su acción es crucial en caso de ET y AGA. No hay datos disponibles por lo que concierne en cambio a la vitamina E. La carencia de hierro, y en particular de ferritina, constituye un factor importante de la caída del cabello en AGA, ET y AA, sobre todo en las mujeres. No hay datos suficientes por lo





Vitamina A, E

Calcio y hierro

Vitamina C

que respecta el envejecimiento. Se requieren estudios de profundización también acerca del zinc, sin embargo este mineral es esencial para la estructura de todas las proteínas, y por tanto también de la queratina, proteína constitutiva del cabello. Con respecto al selenio, su toxicidad puede provocar la pérdida del cabello y también se ha demostrado su incidencia en el envejecimiento prematuro. Por otro lado, la carencia de riboflavina es causa de la pérdida del cabello, en particular en caso de ET y AGA. Es posible que haya carencia de biotina (o vitamina H) en los casos de ET y AGA. Incluida a menudo en los complementos para la piel, uñas y cabello, su uso masivo se debe a estudios que han demostrado la pérdida de pelo en los animales ante su carencia. Por lo que respecta la vitamina B12, algunos estudios sugieren que los niveles de folato o vitamina B12 podrían incidir en la progresión de AA. En realidad, su carencia es rara

y puede manifestarse en caso de dietas veganas: de hecho, quienes siguen este tipo de alimentación consumen generalmente complementos de vitamina B12. Otro estudio muy interesante analizó la alimentación de las mujeres afectadas por pérdida del cabello durante la menopausia. En efecto, durante la fase previa hay una reducción fisiológica de la densidad de estrógenos en la sangre con el consiguiente aumento de la concentración de andrógenos, lo cual podría ser causa de la pérdida del cabello en las mujeres durante este período. Se trata de un trastorno de gran impacto psicológico que, por tanto, no hay que descuidar.

EN EFECTO, UNA DIETA RICA EN AZÚCARES SIMPLES ESTIMULA LA SECRECIÓN DE LAS GLÁNDULAS SEBÁCEAS

Y dado que los nutrientes son precursores en la síntesis de las hormonas esteroideas y que su acción incide directamente en la formación, el crecimiento y el mantenimiento del cabello, resulta fundamental controlar la alimentación durante esta fase de vida de las mujeres. Las proteínas que consumimos tienen que contener aminoácidos sulfurados, esenciales para la estructura de la queratina. Los alimentos que aportan aminoácidos son, a saber: huevos, requesón, yogur, pescado, carne (ternera, novillo), aves (pavo, pollo), legumbres (soja, lentejas, judías, guisantes, habas), semillas (calabaza, girasol, sésamo), frutos secos (nueces, pistachos, cacahuètes) y productos cerealeros (trigo sarraceno, cebada en sémola o descascarillada, arroz integral, pan integral de centeno). Las grasas en nuestra dieta participan



en la síntesis de las hormonas esteroideas, por tanto su acción incide en el mantenimiento del cabello y en la lubricación de la piel. Su carencia en el organismo femenino reduce la “hidratación” del cabello y su consiguiente pérdida, trastorno que también es provocado por un bajo consumo de los ácidos linoleico y linolénico, así como de ácidos grasos poliinsaturados de cadena larga, que son esenciales en el estrato córneo de la epidermis. Los ácidos grasos de la familia Omega-3 (EPA y DHA) se encuentran sobre todo en el pescado, las semillas de lino, las nueces y el germen de trigo. Los ácidos grasos poliinsaturados Omega-6 se encuentran en cambio en los aceites vegetales y son necesarios para mantener la correcta estructura del cabello; sin embargo, hay que consumirlos con moderación: su exceso en la dieta puede comportar trastornos del equilibrio inmunológico y el consiguiente aumento de inflamaciones que podrían causar la caída del cabello. También los carbohidratos inciden en el estado de nuestro cabello. Está demostrado que el consumo de alimentos muy elaborados, ricos en azúcares simples, es uno de los factores que causan indirectamente la pérdida del cabello. En efecto, una dieta rica en azúcares simples estimula la secreción de las glándulas sebáceas. En condiciones fisiológicas el sebo ejerce una acción benéfica en el cabello, pero si la secreción es demasiado abundante puede llevar a un efecto citolítico –degradante– en las vainas que mantienen el cabello anclado en el cuero cabelludo. Una dieta rica en azúcares simples comporta también el aumento de la glicemia y, por ende, llevar a una hiperinsulinemia. La insulina incide directamente en el crecimiento capilar y en el aumento de la concentración de DHT, que lleva a la miniaturización del folículo piloso. Asimismo, puede provocar trastornos circulatorios en los vasos sanguíneos que nutren el cuero cabelludo,



MEDAVITA MAG ACONSEJA

AMINO CONCENTRÉ

MEDAVITA, gracias al estudio de los aminoácidos que constituyen la queratina ha creado **AMINO CONCENTRÉ**.

Un complejo de tres aminoácidos puros y de peso molecular muy bajo (**Serina, Treonina y Carbocisteína**) que logran llegar hasta la capa más interna de la fibra capilar.



Gracias a todas estas características, **AMINO CONCENTRÉ** ayuda a:

- ACONDICIONAR**
cerrando las escamas del cabello
- REESTRUCTURAR**
restaurando la estructura capilar
- REPARAR**
recomponiendo la estructura de las fibras de queratina



provocando una falta de oxígeno local –hipoxia– que contribuye a la caída del cabello.

Vistos los datos que conciernen las vitaminas y los minerales, veamos ahora otros compuestos importantes para la salud del cabello femenino como los polifenoles, entre los cuales los flavonoides ejercen una significativa acción antioxidante.

SE RECOMIENDA
OPTAR POR UNA
DIETA DE TIPO
MEDITERRÁNEO,
 QUE CONTEMPLA EL
 CONSUMO SEMANAL
 DE **FUENTES**
PROTEICAS,
VERDURAS Y
HORTALIZAS, **ACEITE**
DE OLIVA VIRGEN
EXTRA, **SEMILLAS**
Y CEREALES.

Es verdad que la mayor concentración de flavonoides se encuentra en el chocolate negro, sin embargo la dieta de las mujeres debería incluir otras fuentes principales como las hortalizas (cebollas, tomates, pimientos, brócoli) y las frutas (manzanas, bayas, grosellas negras, cítricos y uva), así como algunas semillas, lentejas, especias, vino tinto, té verde y café.

En fin, para tener una cabellera bella y saludable más allá de las diferencias individuales tenemos que considerar dos factores: la calidad de los productos utilizados para la higiene y el peinado del cabello y una alimentación saludable.

Se recomienda optar por una dieta de tipo mediterráneo, que contempla el consumo semanal de fuentes proteicas (huevos, carne, pescado y legumbres), verduras y hortalizas, aceite de oliva virgen extra, semillas y cereales. ■


MEDAVITA



SCALP CARE SPECIAL EDITION

SHAMPOO + SPRAY MEDAVITA

Medavita's Special pack:

Lotion Concentrée, Lotion Concentrée Homme,
 Puroxine, Reequilibre, Velour.

www.medavita.it • Follow us on  Medavita SPA •  @medavitaofficial

ADOLESCENTES Y REDES SOCIALES

Entre los adolescentes aumentan los casos de ciberacoso, de la mano con los de perturbaciones del sueño e incluso de insomnio: son los resultados de la encuesta “Adolescentes y estilos de vida”, llevada a cabo por la asociación Laboratorio Adolescenza y

REDES SOCIALES Y JÓVENES: UN BINOMIO QUE HOY PARECE HABERSE VUELTO CASI INSEPARABLE.

el Instituto de Investigación IARD, dos centros de estudio italianos dedicados a los más jóvenes. El uso del móvil, hoy día cada vez más precoz, tiene consecuencias significativas. “Estar constantemente expuestos y psicológicamente dependientes de la opinión ajena” —afirma Maurizio Tucci, presidente de Laboratorio Adolescenza— “los vuelve tan inseguros que hasta llegan a modificar su manera de comunicarse entre ellos”. Cada vez antes y cada vez más. Parece ser este el axioma que mejor explica la relación entre los jóvenes y el móvil. Aproximadamente el 60% de los encuestados afirma haber recibido su primer celular entre los 10 y los 11 años, pero a más del 28% se lo regalaron antes de los 10. Es lo que confirman varias entrevistas que realizamos a chicos de

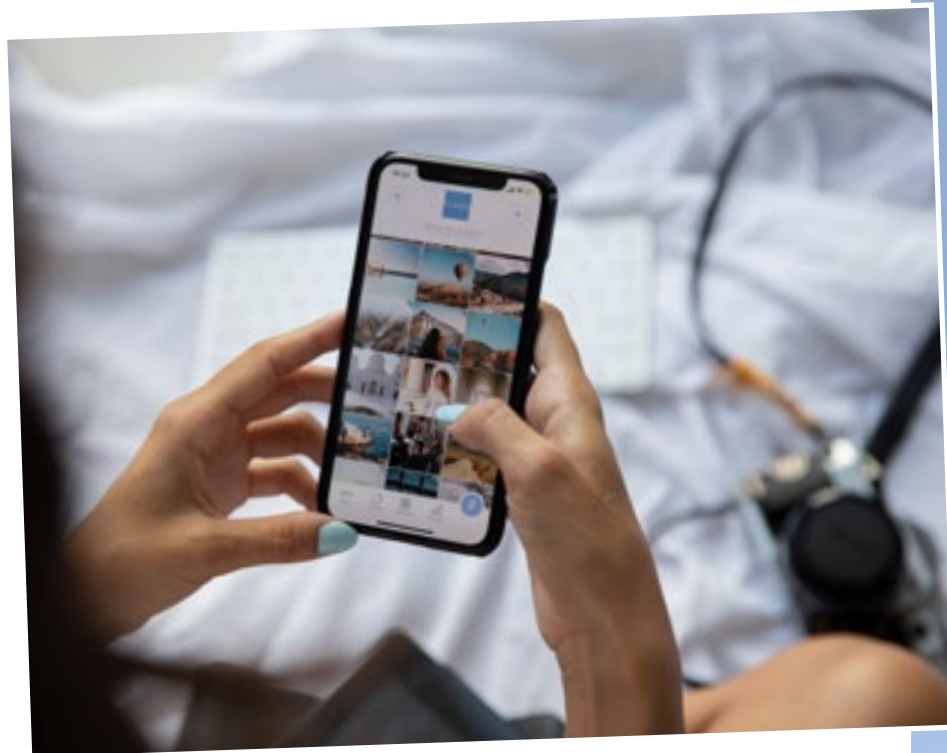
esa franja de edad. Giorgia, de 11 años, explica que lo usa “todos los días. Mis padres saben lo que hago, lo uso principalmente porque estoy siempre fuera de casa y así puedo comunicarme con ellos”.

¿Y las redes sociales? El 54% se lanza en las plataformas entre los 11 y los 12 años, y el 12% incluso antes de los 10. Esto está evolucionando rápidamente: comparando por ejemplo estos datos con los de la edición 2017 de la misma encuesta, se desprende un acceso a los medios de comunicación cada vez más precoz, acompañado por un escaso conocimiento de estos medios. Crece el porcentaje de los más pequeños que no adopta ninguna protección para su perfil. Sin embargo, todos sabemos que las redes sociales tienen una edad mínima de acceso. Y eso es cierto, pero no es motivo de renuncia: el 47% declara tener la edad mínima para poder acceder, el 20% una edad cualquiera y el 23% afirma ser mayor de edad.

“Un estreno peligroso en una etapa prácticamente infantil”, afirma

ESTAR
CONSTANTEMENTE
EXPUESTOS Y
PSICOLÓGICAMENTE
DEPENDIENTES
DE LA OPINIÓN
AJENA LOS VUELVE
TAN INSEGUROS
QUE HASTA LLEGAN
A MODIFICAR
SU MANERA DE
COMUNICARSE
ENTRE ELLOS





LOS ADOLESCENTES ITALIANOS, ENTONCES, SI BIEN RECONOCEN LOS POTENCIALES PELIGROS DE LAS PLATAFORMAS DIGITALES, EXPERIMENTAN UNA GRAN DIFICULTAD EN DESPRENDERSE DE ELLAS

Tucci, “cuando ni siquiera en edad más avanzada se dispone de la madurez psicológica necesaria para utilizar instrumentos de comunicación tan potentes e insidiosos. Y más allá de los peligros más evidentes, la permanencia en todo momento en la arena virtual contribuye al aumento de las fragilidades de una generación de adolescentes que experimenta una constante ansiedad de rendimiento.

Los adolescentes tienen clara conciencia de sus carencias relacionales. “Es más fácil hacerse amigos online que en persona, aunque luego me doy cuenta de no saber relacionarme de veras con ellos”, dice Michele, de 14 años. “Me gusta poder contactar con mis amigos al instante, lo que no me gusta es que a veces, cuando estamos todos juntos, es como si hubiera un cristal que nos separa, cada uno en su mundo con su propio móvil”, añade Martina, de 15 años.

Aun siendo efectivamente conscientes de los posibles riesgos resultantes de su presencia en las redes sociales, es difícil que admitan que les costaría alejarse de las mismas, incluso durante tan solo una semana.

Los adolescentes italianos, entonces, si bien reconocen los potenciales peligros de las plataformas digitales, experimentan una gran dificultad en desprenderse de ellas.

Redes sociales y jóvenes: un binomio que hoy parece haberse vuelto casi inseparable.

INFLUENCERS

En las redes sociales, cada día vemos y tomamos parte en la vida aparentemente perfecta de los influencers. Ya no importa quién eres, dónde vives o cuántos años tienes, seguramente habrás oído mencionar a Chiara Ferragni o a las hermanas Kardashian, pero ¿te has preguntado alguna vez cómo conquistaron su notoriedad y qué impacto tienen en los jóvenes? ¿Quién es un influencer? Una persona que, gracias a su reputación y popularidad, es capaz de influir en las opiniones y actitudes de los demás mediante plataformas virtuales, como las redes sociales.



¿Y cómo se relacionan con el público? Simplemente con carisma, capacidad de persuadir y un trato directo con sus seguidores, con los que consiguen aumentar su público objetivo. Considerando el gran número de seguidores del que disponen, analizamos en particular cuáles mensajes transmiten y qué impacto tienen en los jóvenes, que constituyen la mayoría de su público.

Una de las características principales compartida por todos los influencers es seguramente la de transmitir la perfección: sus contenidos, de hecho, difunden a menudo imágenes de una vida ideal, o cánones de belleza prácticamente inalcanzables. Si bien indirectos, los mensajes son muy claros: si eres delgada, acomodada y sigues las tendencias del

momento serás feliz, popular y tendrás éxito tanto en el trabajo como en el amor. Teniendo en cuenta que la edad media de su público es muchas veces inferior a los 18 años, lo que transmiten puede conllevar efectos negativos en su autoestima o trastornos de tipo psicológico, como problemas de ansiedad o una visión distorsionada de su cuerpo. La incapacidad de evaluarse de manera objetiva impulsa a las personas a buscar soluciones drásticas para problemas a menudo inexistentes. De hecho, el término “bello” se ha convertido en un sinónimo de delgado, y se concede más importancia a las apariencias que, casi siempre, están demasiado alejadas de la realidad. Sin embargo, también están los influencers que producen un impacto positivo en los jóvenes, haciéndose

VIVIMOS ENTRE MILES DE MITOS, LO QUAL DESORIENTA: ESTE ES EL MOTIVO PER EL QUAL EL INFLUENCER SE CONVIERTE EN UNA GUÍA, UNA BRÚJULA

portavoces de mensajes alentadores. Los chicos de 15 a 24 años siguen regularmente a estas personas influyentes. Para un joven usuario de las redes sociales, el influencer es como un amigo cuyas opiniones y recomendaciones son de fiar. Su relación es fuerte y muy interactiva, iconfían en ellos! Las personas de mediana edad, en cambio, no demuestran tener mucha familiaridad con estas figuras y es más difícil que confíen en la autenticidad de los contenidos que comparten. Asimismo, estos trabajadores

de la web tienen un impacto en cualquier tipo de ámbito: de la vida cotidiana a las decisiones de la sociedad. Y, como recordamos, tienen influencia sobre todo en los más jóvenes. Casi la mitad de ellos afirma que sus publicaciones afectan su comportamiento,

sus decisiones cotidianas, pero también transmiten temas importantes como el cambio climático, la educación, las elecciones vocacionales y la política. Las generaciones más maduras, en cambio, consideran que los influencers no tienen tanto efecto en las cuestiones sociales. Muchos estudios pusieron de manifiesto, ante todo, que el poder atractivo de estas personas reside en el hecho de ser similares a su público. Son percibidos a menudo como “el chico o la chica de al lado”, con quien es fácil identificarse.

Digamos que es una forma democrática de divismo: son personas como nosotros, proyectadas en una posición a la vez similar y superior a la nuestra. Si el influyente se convierte en alguien totalmente diferente de nosotros corre el riesgo de

perder parte de su rol y, al mismo tiempo, muchos de sus seguidores. Por el contrario, tiene que ser alguien que, si tuviéramos las capacidades necesarias, podríamos llegar a ser. Frente a estos “mitos”, los adolescentes sienten una mezcla de admiración y envidia, y por ello se dejan guiar.

Y no importa si su fama se pierde con la fugacidad de un meteoro: se encenderá enseguida una nueva estrella para liderar a los navegantes de la red. Internet es un caldo cultural en el que los mitos se forman, se transforman, circulan y desaparecen. En el mundo de la red, el magma de las estrellas está en constante ebullición. Vivimos entre miles de mitos contemporáneamente, lo cual desorienta: este es el motivo por el cual el influencer se convierte en una guía, una especie de brújula.





MEDAVITA

KERATIN MIRACLE

LA DISCIPLINA PARA MANEJARLO,
EL ESMERO PARA QUE BRILLE.

www.medavita.it • Follow us on  Medavita SPA •  @medavitaofficial



Body Love

por Mariachiara Dondi
Escritora Comercial

Cómo TE CAMBIA SABER Cambiar



CAMBIAMOS A DIARIO:
A CADA **INSTANTE** APARECE
ALGO QUE **NO TENÍAMOS**,
ALGO QUE **NO ÉRAMOS**.

Cuando tenía alrededor de veinte años solía llevar una camiseta con una frase estampada de Lao-Tsé: “Lo que para la oruga es el fin del mundo, para el resto del mundo se llama mariposa”. Esta frase, que exalta lo bueno de los cambios, la comprendí plenamente recién a los 40, al llegar a esa edad que, cuando tenía 20 años, consideraba precisamente como el fin del mundo.

Digamos que con los cambios nunca me he llevado bien. Tan solo cambiar de cama durante las vacaciones me altera el biorritmo. El fin de año nunca me ha entusiasmado: superamos el año viejo, ¿pero que me traerá el nuevo? Entonces, mientras los demás festejan con optimismo, yo escruto el horizonte con una mezcla de ansiedad y desconfianza. El día anterior al de mi boda, cambio rotundo que incluía casa, región y actividad, amanecí con 38 grados de fiebre. Cuando supe que había quedado embarazada por primera vez, anduve nerviosa durante semanas,

no obstante la felicidad de un embarazo que tanto deseábamos. Cambiamos a diario: a cada instante aparece algo que no teníamos, algo que no éramos. Entonces, si el cambio es tan constante, ¿por qué a menudo nos asusta, sobre todo cuando comporta una leve transformación no solo del alma, sino también del cuerpo, como sucede con el paso del tiempo?

“Todo fluye en la vida”, sostenía el filósofo griego Heráclito alrededor del 500 a.C.: al igual que un río, la vida fluye y el agua que nos moja los pies nunca es la misma, sino una corriente siempre diversa. Y dado que la naturaleza de la vida es el cambio, concluye Heráclito, resistirse a este flujo natural significa

resistirse a la esencia misma de nuestra existencia. Repetía siempre: “Nada es permanente, a excepción del cambio”.

Si todo cambia, entonces cabe preguntarse: ¿nosotros también cambiamos? Se me ha quedado grabada una frase que vi hace años

“LO QUE
PARA LA
ORUGA
ES EL FIN DEL
MUNDO, PARA
EL RESTO DEL
MUNDO SE
LLAMA
MARIPOSA”





en un mural, no recuerdo dónde: “Piedra que rueda no cría musgo”. Y, añado yo, por cuanto pueda ser blando y acogedor el musgo, al tiempo huele a moho. La escritora Virginia Woolf lo expresó por cierto con mayor profundidad: “Un Yo que sigue cambiando es un Yo que continúa viviendo”. La conciencia de este flujo de cambios continuos puede llegar a marearnos, dado que por lo general notamos solo los macroscópicos: de repente una mañana, ante el espejo, a la luz de una bombilla nueva, notamos una arruga justo allí, en el medio de la frente. Y esta simple línea en la piel nos pone ante una evidencia: ya no somos los de ayer, ni tampoco los de anteayer. Y si mañana aparece otra nos recordará que no somos ni siquiera los que seremos pasado mañana. Es así que se instala el miedo: de lo que no conocemos, de lo que es diferente a nuestro ser aquí y ahora. Para decirlo con las bellísimas palabras de la filósofa Julia Kristeva, nos descubrimos extranjeros para nosotros mismos. Sin embargo, tenemos dos opciones: dejarnos vencer por el miedo o ver este nuevo horizonte que se nos presenta como un lugar para explorar, un espacio de grandes oportunidades. Al alba de los (así por decir, ¿eh?) 47 años, te das cuenta de que a lo mejor ha llegado el momento de conocer a la que puedes llegar a ser, a la que serás. Con lo todo bueno y todo lo

“QUIZAS EL PASADO SEA UN ANCLA QUE NOS RETENGA, QUIZAS TIENES QUE DEJAR MARCHAR QUIEN ERAS PARA CONVERTIRTE EN QUIEN SERÁS”

malo. Conocer lo que somos y seremos significa saber también lo que ya no somos y desprendernos de eso con serenidad. Aceptar el cambio no quiere decir que tengamos que rechazar el corrector, la crema antiarrugas o el tinte de pelo, sino saber que también el corrector, la crema antiarrugas o el tinte de pelo forman parte de nuestro modo de estar en marcha por un camino que es exclusivamente nuestro. Lo bueno, entonces, es aprender a interrogarse: ¿adónde me llevará este pequeño cambio de hoy? Como dice Carrie en una de los episodios de Sexo en Nueva York: “Quizás el pasado sea un ancla que nos retenga, quizás tienes que dejar marchar quién eras para convertirte en quién serás”. Un buen método para recoger todas las piezas que componen el puzzle de nuestro camino, para no sentir que los momentos se nos escapan como arena entre los dedos, es escribir un diario. Si aún hoy, no obstante toda la instrumentación tecnológica de avanzada que tienen los buques, para el capitán sigue siendo fundamental apuntar las posicio-

nes, distancias recorridas y acontecimientos en el diario de a bordo para no perder su rumbo –es más, en caso de fallo del GPS o de otros instrumentos, este se vuelve un medio para localizar la propia posición–, nuestro cuaderno puede hacer por nosotros exactamente lo mismo: ayudarnos a darnos cuenta de dónde estamos y de cuánto trayecto hemos recorrido. Apuntar lo que percibimos, descubrimos o nos sorprende de todo lo que ocurre a nuestro alrededor nos permite tomar conciencia de los pequeños acontecimientos que nos marcan por dentro y por fuera, hasta las cicatrices mínimas, esas estrías del corazón que nadie percibe o las satisfacciones que disfrutamos en nuestra intimidad. La psicoterapeuta Nicoletta Cinotti sostiene: “Todos tenemos necesidad de manifestar nuestra alma, escribir puede ser una manera de hacerlo” (Nicoletta Cinotti, “Scrivere la mente”). No temamos entonces la página en blanco, no hace falta ser un premio Nobel para dejarse llevar por la escritura. En un momento de calma, cojamos un cuaderno y un boli y prestemos atención a lo que llevamos dentro: podemos escribir, por

ejemplo, tres cosas que nos hayan sucedido hoy o poner un título a nuestra jornada. Podemos hacer un listado de las palabras que hemos dicho o pensado a menudo hoy, o de las personas con quienes hemos hablado y sobre cuál argumento, o de los acontecimientos que han hecho que hoy fuera una buena jornada o de las emociones que hemos sentido.

Si no sabes por dónde comenzar, prueba con estas sugerencias: coge tu diario o cuaderno, dedica cada página a una fecha a partir de hoy, escribiéndola arriba en el centro. Escribe estas frases en cada página, dejando algunas líneas entre una y otra: hoy estoy..., hoy no estoy..., hoy espero..., hoy temo..., hoy adoro...

De ese modo, lo único que tendrás que hacer cada día es completar las frases con lo que te está sucediendo. Recuerda: no es necesario escribir miles de páginas o frases interminables, basta con pocas líneas, alguna nota. Escribir cada día es como poner una piedrecita a cada paso, de manera que al mirar atrás puedas ver el camino recorrido, las curvas, las desviaciones, los progresos. Te ayudará a tomar más conciencia del trayecto, a afrontar los cambios pequeños y grandes y llegar a acogerlos, porque sentirás que forman parte de tu camino.

Dan Siegel, profesor de psiquiatría en la Universidad de California, sostiene “Name it to tame it”: da un nombre a lo que sientes, exprésalo con tus palabras y esto te ayudará a coger las riendas de lo que estás pasando, a domar el flujo que se agita dentro de ti.

MEDAVITA MAG ACONSEJA

LOTION CONCENTRÉE



13 principios activos vegetales de gran vitalidad y potencia.

UN CONCENTRADO DE NATURALEZA QUE DA VIDA AL CABELLO.

70%*
FRENA LA CAÍDA¹

70%*
FORTALECE EL CABELLO²

79%*
REDUCE LA CASPA³

*% sujetos tratados con beneficios destacados por estudio clínico dermatológico en 30 mujeres, ¹evaluación instrumental en 30 mujeres y ²estudio clínico dermatológico en 14 mujeres, después de usar champú + loción durante 6 semanas




MEDAVITA

ACEITE ÁUREO HUILE D'ÉTOILE

GOTAS DE ESPLENDOR.

ACEITE DE
SACHA INCHI

ACEITE DE
SEMILLAS
DE LINO

ACEITE DE
MORINGA

ACEITE DE
CÍPERO DULCE



Una rica mezcla de aceites que aporta al cabello
la luminosidad y el brillo de las estrellas.

PÍDELO EN LOS SALONES MEDAVITA.



Sport Expert

por Elaine Barbosa

Mental coach y entrenadora fitness para mujeres

...

PASOS SIMPLES Y EFICACES

PARA PREPARARSE PARA LA OPERACIÓN BIKINI

Si eres de las que dejan las cosas para el último momento y aún ni piensas en el verano, ¡este es el artículo perfecto para ti! Si quieres ponerte el bañador sin sentirte incómoda, sino contenta de lo que ves en el espejo, pues ha llegado el momento de ponerte manos a la obra.

En estas páginas te proponemos 5 pasos que puedes seguir para llegar al verano con una buena autoestima, llena de energía y, según tu punto de partida, en la mejor forma física posible.

Para obtener el cuerpo que deseas

sin demasiado esfuerzo, es importante combinar entrenamiento y actitud mental, prestando atención también a posibles autosabotajes que podrían impedirte alcanzar tu objetivo.

¿Comenzamos?

1
Imagina

Cierra los ojos por un momento y, sin prejuicios, da rienda suelta a tu imaginación. Piensa que ya estamos en julio o agosto y tú estás en excelente forma física. Crea en tu mente una imagen bien definida y resplan-

deciente del cuerpo que quieres lucir, siente lo bien que estás, escucha los elogios de las personas a tu alrededor, siente el calor del sol sobre tu piel, percibe la luminosidad del día veraniego y exalta esa sensación de bienestar que te brinda el sentirte tónica y delgada con tu bañador favorito.

Quédate allí durante unos segundos hasta sentir una fuerte emoción, para fijar esta imagen en tu mente y todas estas buenas sensaciones en las células de tu cuerpo. Recuerda que todos los grandes logros se cumplen ante todo en la imaginación de sus creadores. ¡Lo mismo vale para tu forma física!

Cuando estés plenamente satisfecha de lo que has visto, abre los ojos y coge papel y bolígrafo.

2

Escribe tu objetivo

Cualquier dirección se quiera tomar, requiere un propósito claro y definido. Las empresas y personas de éxito tienen objetivos muy específicos y trabajan para conseguirlos.

LOS OBJETIVOS SON NECESARIOS PARA DAR UN RUMBO A TU MENTE

Los objetivos son necesarios para dar un rumbo a tu mente. No basta con decir “Quiero un cuerpo mejor”. Sería como decirle a tu jefe “Quiero ganar más” y que él añadiera 10 euros a tu nómina. Ganarías más, pero asimismo no estarías contenta, ¿verdad? Por tanto, sé más específica.

Ahora que tienes una imagen clara del cuerpo que quieres lucir este verano y que has sentido las buenas sensaciones que te esperan, para definir tu propósito sigue los consejos de la programación neurolingüística.

Si te has saltado el paso número 1, vuelve hacia atrás y hazlo para cerciorarte de hacer bien el paso número 2.

- Escribe tu objetivo de manera positiva.
- Pregúntate si su cumplimiento podría conllevar implicaciones negativas y, si es necesario, busca una alternativa. Por ejemplo, para entrenar tendrás que madrugar, lo cual para ti es un aspecto negativo o una promesa difícil de mantener.



Una alternativa, entonces, podría ser entrenar durante la pausa de la comida o a última hora de la tarde. O, por ejemplo, sabes que para obtener el cuerpo que te has imaginado tendrás que evitar el aperitivo cotidiano con tu pareja, y esto os afectará tanto a ti como a él. La alternativa podría ser entonces tomarte un aperitivo solo los viernes y las otras noches cenar un poco antes para luego ver una serie. No subestimes estas repercusiones, porque en los días en que estés cansada es probable que acabes saltándote el entrenamiento, así como si no te organizas con tu pareja y él trae vino y canapés todas las noches, será difícil resistirte a la tentación cuando te sientas menos motivada.

- Define un plazo para alcanzar tu objetivo.
- Décelo de manera que sea motivador y al mismo tiempo factible. Si estableces un objetivo demasiado difícil de cumplir, una parte de tu mente te dirá todo el tiempo “Déjalo ya,

que nunca lo vas a lograr”. Si en cambio te pones uno demasiado fácil, una parte de ti te dirá “Esto es demasiado fácil, no hace falta tanto esfuerzo, tómatelo con calma”. Y ya sabes cómo puede acabar todo.

Un objetivo bien formulado podría ser: “Quiero llevar la talla 38 para el 30 de julio de 2022”.

3

Define tu programa con precisión.

En su libro “Atomic Habits”, James Clear menciona un estudio de 2001 realizado con 248 personas en Gran Bretaña. La investigación se proponía instaurar, en un plazo de dos semanas, mejores hábitos en materia de ejercicio físico. Se habían dividido los participantes en 3 grupos. Al grupo 1 le pidieron que anotaran simplemente la frecuencia de sus entrenamientos, al grupo 2 que anotaran la frecuencia y se informaran sobre los beneficios de la actividad física y al grupo 3, además

de estas dos tareas, que definieran dónde y cuándo entrenarían la semana siguiente. ¿El resultado? Entrenaron al menos una vez por semana entre el 35 y el 38% de los participantes pertenecientes a los grupos 1 y 2, mientras que los del grupo 3 alcanzaron el 91%.

Así que coge papel y bolígrafo y escribe en detalle los días, horarios y lugares en los que piensas hacer tus entrenamientos, de manera que puedas aprovechar esta activación mental y aumentar las probabilidades de llevar bien a cabo tu programa. Por ejemplo: entrenaré 20 minutos los lunes, jueves y sábados a las 8.30 de la mañana en el salón de casa.

4

Asegúrate de nutrirte y no solo de comer.

A cada comida, cerciérate de consumir los nutrientes necesarios para tener un cuerpo sano y funcional. La comida basura, además de no nutrirte de manera adecuada, supone una elevada ingesta calórica que tu cuerpo almacena bajo forma de grasa precisamente donde no la quieres, como en la zona abdominal y en las caderas.

Además, es importante que mantengas tu cuerpo hidratado bebiendo cada día una buena cantidad de agua.

5

Haz que tu programa sea simple.

Es inútil y desalentador exigirse demasiado al comienzo de un programa y luego no llegar a ningún lado. O seguir a medias dietas y entrenamientos muy duros para luego abandonarlos y recuperar –con intereses– el peso perdido hasta ese momento.

Si tienes poco tiempo, eres perezosa o no te gusta hacer ejercicio, aprovecha la oportunidad de practicar el “home fitness”. Será suficiente un programa intenso de 20 minutos para hacer en casa y sin aparatos, como el de Ela Workout. De esta manera, cada vez que estés tentada de posponer el entrenamiento, podrás decirte: “Venga, que solo son 20 minutos, ¡puedo hacerlo!”.

EN SINTESIS

CREA EN TU MENTE UNA IMAGEN CLARA Y RISPLENDENTE DE LA MUJER QUE QUIERES LLEGAR A SER, QUE TE LLENE EL ALMA. ESCRIBE TU OBJETIVO. DEFINE CON PRECISION TU PROGRAMA Y PONLO POR ESCRITO. NUTRE Y HYDRATA TU CUERPO. HAZ QUE TU ENTRENAMIENTO SEA PRÁCTICO, SIMPLE DE CUMPLIR.

CONSEJO EXTRA.

Únete a una comunidad de mujeres que, como tú, deseen ponerse en forma para este verano. Acabarás riéndote, bromeando, dando y recibiendo motivación cada vez que lo necesites. Un entrenamiento tras otro notarás que tu cuerpo va mejorando, te sentirás más bella, con más energía y buen ánimo. Y, de repente, mirarás alrededor y te darás cuenta de que te habrás convertido en la mujer que habías imaginado unos meses antes. Estarás realmente orgullosa de ti y de la mujer que verás cada día en el espejo.

MEDAVITA MAG ACONSEJA

PUROXINE

LA SOLUCIÓN ANTICASPA
CON ACCIÓN INSTANTÁNEA



PARA CABELLO HASTA **100% LIBRE DE CASPA** DESPUÉS DEL PRIMER LAVADO

El champú anticapa instantáneo Puroxine combina:

- + limpieza profunda
- + alta protección anticapa
- + hidratación mejorada




MEDAVITA

Blondie

BLONDIE ALL BLONDES CUTICLE SEALER CREAM

CREMA HIDRATANTE Y SELLANTE PARA LAS CUTÍCULAS.

Deja el cabello fácil de peinar durante
el styling y moldeable con el cabello seco.

Contiene: **Colágeno, Ácido hialurónico**, proteínas de **Amaranto**, aceite de **Sésamo, Vitamina E**, un valioso complejo de **Ceramidas**,
y el complejo de aminoácidos **Amino Concentré**.



Travel *Diary*

por Tina Ruggeri
Editora Principal



EXPLORANDO LAS RECÓNDIDAS *aldeas* ITALIANAS

Italia está llena de aldeas. Pequeños asentamientos formados desde el Medioevo hasta el Renacimiento sobre antiguos sitios de origen romano o, en las regiones del centro y sur italiano, también de origen etrusco o de la Magna Grecia, que constituyen la trama urbanística de la Italia de hoy.

En la mayoría de los casos, se trata de pequeños pueblos donde parece haberse detenido el tiempo. Calles, callecitas y callejuelas silenciosas, iglesias y palacios que aparecen de improviso, como en un sueño. El Medioevo se manifiesta intacto en las ciudadelas fortificadas, abrazadas por sus imponentes murallas y baluartes.

Tienen secretos bien custodiados, las aldeas de Italia. Constituyen un patrimonio secular de artesanías, peculiaridades y tradiciones perfectamente atesoradas en ámbito gastronómico, textil, cerámico, lignario, orfebre. Artes sutiles, especiales, de cofradías, de tradiciones mile-

narias transmitidas cual legado en forma oral o escrita. Un patrimonio asociado también al turismo, que hoy recurre a ellos, a los pequeños pueblos y aldeas, para redescubrir una dimensión humana y urbana en estos tesoros que integran la península italiana.

¿Que cuáles son los más bellos? Por cierto, es muy difícil hacer una clasificación. En primer lugar, porque cada región de Italia custodia sus propios tesoros, fortalezas y castillos llenos de tradiciones y leyendas; en segundo lugar, porque las realidades cambian por completo a lo largo de todo el territorio italiano.

Pero claro, como es sabido, la curiosidad tiene nombre de mujer. Si te mueve la curiosidad y el deseo de ir a explorar lugares encantadores, misteriosos y recónditos, desconocidos por la mayoría de la gente, vírgenes al turismo de masas, podrías descubrir maravillosas sorpresas. Obviamente, si tratas de evitar las metas turísticas más frecuentadas y buscas algún local típico para de-



NOTAS OLFATIVE DE HUILE D'ÉTOILE

1

NOTAS DE SALIDA

Bergamote de Calabria, jazmín light, rosa búlgara.

2

NOTAS DE CORAZÓN

Madera de agar de Marruecos, ciruela de Damasco, elemi, nuez moscada, bayas de vainilla.



3

NOTAS DE FONDO

Madera de guayacán, madera de cedro marroquí, madera de sándalo, pachuli, semillas de abelmosco, malta quemada.

YA VES, NO ES NECESARIO CRUZAR OCÉANOS PARA EXPLORAR LOS PUEBLOS MÁS BELLOS DEL MUNDO. **¡BASTA CON VIAJAR A ITALIA!**

gustar un vino delicioso o un plato especial, o para descubrir a lo mejor un tejido precioso o una pequeña escultura creada por las manos expertas de algún artesano local. En ese caso, si quieres explorar las aldeas más recónditas, fuera de los comunes circuitos turísticos, podrías coger un mapa de Italia y hacer un largo viaje partiendo desde el Norte para ir descendiendo por el centro hasta llegar al Sur: descubrirás así una larga trayectoria de historia, cultura, arte y tradiciones. Un viaje geográfico para explorar, región por región, las aldeas más bellas de Italia puede ser una idea perfecta para organizar las próximas excursiones del fin de semana. Son alrededor de sesenta, los pueblos más bellos de Italia. Comenzando por la región Valle de Aosta con el Forte di Bard y Gressoney, pasando a Piemonte con Vogogna, Orta San Giulio, Ricetto di Candelo. De allí, se va a Lombardía para ver Tremosine sul Garda, Sirmione, Castellaro Lagusello y descender luego hasta Liguria para visitar Apricale, Dolceacqua, Tellaro. Posteriormente, de la cálida Liguria se



vuelve a subir a Trentino con Canale di Tenno, para hacer una rápida visita a Venzona, en Friul Venecia Julia y luego a Véneto con Borghetto sul Mincio, Asolo, Arquà Petrarca y Cison di Valmarino. Se descende a Bobbio en Emilia Romagna, a Castell'Arquato, Dozza y la fortaleza de San Leo. Luego, en Toscana, se pasa por Pitigliano, Anghiari, San Gimignano y San Quirico d'Orcia. En las Marcas se puede visitar Corinaldo, Gradara, Grottammare. De a poco se va yendo hacia el Sur, tocando Spello, Bevagna y Orvieto en Umbría. La región Abruzzo ofrece en cambio Santo Stefano di Sessanio, Pescocostanzo y Tagliacozzo, mientras que en el Lacio puede visitarse la decadente Civita di Bagnoregio, Calcata y Castelgandolfo. Luego, en Campania, se recomienda visitar Sant'Agata dei Goti y, a lo largo de la costa soleada, pasar por Atrani, Albori, Vietri sul Mare y Castellabate, así como las maravillas de Cilento, Fornelli y Sepino en la región Molise; Bagnoli del Trigno, Pietrapertosa, Acerenza y Venosa en Basilicata; Cisternino, Locorotondo, Bovino y Ostuni en Apulia. Aún más al Sur, entre el mar más cálido y la vegetación mediterránea se encuentra Tropea y la región Calabria con Rocca Imperiale, Gerace y Chianale di Scilla. Atravesando luego el estrecho de Messina podemos concentrarnos en la milenaria Sicilia con Erice, Petralia Soprana, Marzamemi y Cefalù, para volver a subir pasando por la isla de Cerdeña y visitar

allí Bosa, Carloforte y Baunei. Ya ves, no es necesario cruzar océanos para explorar los pueblos más bellos del mundo. ¡Basta con viajar a Italia! Por otro lado, sobre estas aldeas hay muchísimas leyendas que se narran por allí: misterios y fascinantes historias de fortalezas, castillos y callejuelas. De Norte a Sur, historias de familias con sus ricos patrimonios, quiebras, períodos de prosperidad y numerosas actividades. Cómo no recordar, por ejemplo, la leyenda de Bianca de Collalto, narrada también en la "Guida Insolita del Veneto" de Maurizio Vittoria: "Del potente e inexpugnable castillo de Collalto, situado sobre la colina a pocos kilómetros de Susegana, ha quedado solo el gran torreón, algunos tramos de muralla, las puertas monumentales, algunas casas de la aldea interna y una de las torres, hoy transformada en campanario. Las murallas más altas aún custodian la base de una de las torres destruidas, con un sótano practicable, denominado "Prigione della Goccia" -Cárcel de la gota. Es allí



donde se encerraban y torturaban a los enemigos, dejando caer sobre su cabeza, lenta e inexorablemente, una gota de agua tras otra". Aún hoy, el lugar está impregnado de una humedad realmente escalofriante.

Cuenta la leyenda que el conde Colberto Collalto tomó por esposa una tal Chiara de la familia Da Camino, también ellos de procedencia longobarda, para reconciliar definitivamente las dos familias que se odiaban profundamente, tras siglos de batallas y hostilidades. Probablemente no haya sido un matrimonio feliz, dado el pésimo carácter de Chiara, extremadamente celosa e irascible. Habrá sido por esto que, apenas tuvo la ocasión, Colberto decidió partir voluntariamente para la guerra. El día de su partida fue a saludar a su mujer, que se estaba peinando asistida por una doncella, Bianca. Esta última, encariñada con su amo, se conmovió al saludo que Colberto le dedicara con una mano. Fue así que, vistas las lágrimas de ella y el saludo del marido, la pérfida Chiara, colma de celos, a la partida del conde hizo encerrar a su doncella por las guardias, que la emparedaron viva en una torre del castillo. Colberto, al retorno, echó a su malvada mujer. Desde entonces, se dice que el fantasma de Bianca se les aparece cada tanto a los miembros de la familia Collalto para anunciarles tanto alegrías como desgracias, en cuyo último caso totalmente vestida de negro.




MEDAVITA

SOLARICH

YOUR DAILY DOSE OF SUNLIGHT.



¡Es esa época del año otra vez!

LA NOVEDAD IMPERDIBLE DE ESTE AÑO SON LOS FORMATOS TAMAÑO VIAJE.

EN TODAS PARTES. CADA DÍA.

La sostenibilidad comienza por el armario: el caso Vinted

No obstante muchas marcas hayan lanzado programas para reducir la contaminación y hacer sostenible la industria de la moda, esta sigue siendo responsable del 10% de la contaminación mundial. En el panorama de la moda sostenible, sin embargo, hay un nuevo protagonista: el mercado vintage, cada vez más frecuentado por un público joven que demanda mayor

practicidad para la compra de bienes de segunda mano, así como mayor sensibilidad hacia el tema ecológico del upcycling, o reciclaje creativo. Tiempo atrás, la compra de ropa usada se asociaba al mundo hippy, ahora en cambio parece ser el maridaje perfecto entre las ganas de gastar poco obteniendo lo mejor y la necesidad de tutelar el medio ambiente. Tan solo en Estados Unidos, la moda de segunda mano tiene actualmente

un valor de 24 mil millones de dólares y se calcula que en 2023 alcanzará los 51 mil millones. Sin embargo, hoy ya no hablamos de mercadillos o puestos vintage, ya que la mayoría de las compras se hace online: auge traído por Vinted, plataforma online gratuita y segura, disponible para ordenadores y móviles, que permite vender, intercambiar y comprar prendas y accesorios de segunda mano.

¿QUE CÓMO NACIÓ VINTED?

En 2008, Milda Mitkute y Justas Januskas estaban preparando su mudanza. Milda se dio cuenta de que poseía demasiada ropa, entonces Justas realizó una página web para poder regalar a sus amigos las prendas que ya no usaban. Esta elección fue tan apreciada que pronto hasta los medios de comunicación empezaron a hablar de la pareja y de su idea. Fue en ese momento que Milda y Justas decidieron dar vida a algo mucho más grande, que pudiera involucrar no solo a amigos y parientes, sino también a otras personas. Desde luego, nadie se hubiera esperado tanto éxito! En pocos días, la pareja fue contactada por muchísimas cadenas de televisión, periódicos locales

EN EL PANORAMA DE LA MODA SOSTENIBLE, SIN EMBARGO, HAY UN NUEVO PROTAGONISTA: EL MERCADO VINTAGE

y radios, atrayendo la atención de numerosos clientes. En poco más de diez años, la plataforma consiguió ingresar en 13 diferentes mercados. En mayo de 2021, la startup anunció una financiación de 250 millones de euros, llevando el capital de la empresa a casi 3500 millones de dólares. El caso Vinted marca el cambio de rumbo que está atravesando el sector de la moda en estos últimos años. Según el Circular Fashion Report 2020, este mercado posee un valor potencial de 5 billones de dólares, correspondiente a un 63% más respecto al de la moda tradicional. Con la pandemia, cada vez más personas consideraron la posibilidad de volver a poner en circulación ropa que ya

no usaban. Gracias a su uso sencillo y a su eslogan intuitivo “¿No te lo pones? ¡Véndelo!”, Vinted ha contribuido a introducir en Italia el concepto de economía circular.

A partir de marzo de 2020, 7 de cada 10 italianos decidieron optar por un sistema de compraventa de segunda mano. Pero, ¿cuál es el perfil de un comprador de usado? Según la última investigación de Doxa, realizada para la tienda online de segunda mano Subito sobre la second hand economy durante el período de Covid-19, las familias jóvenes –de 35 a 44 años– se confirman como las más propensas a elegir este mercado (75%), mostrando una preferencia especial por el canal online (47%). El motivo principal que lleva este segmento de población a apostar por la economía del usado es la necesidad de deshacerse de objetos que ya no usan (82%), seguido por la posibilidad de ahorrar (67%) y de ganar algo (46%), sobre todo en vistas de la ampliación de la familia o de cambios laborales. Sin embargo, la concienciación sobre el impacto medioambiental es un factor importante, tanto es así que el 56% de las familias jóvenes cree en la reutilización y se declara en contra del despilfarro. Otra franja de población muy activa en la compraventa de se-





SOLO EN **ESTADOS UNIDOS**, LA MODA DE **SEGUNDA MANO** TIENE ACTUALMENTE UN VALOR DE **24 MIL MILLONES DE DÓLARES** Y SE CALCULA QUE EN **2023** ALCANZARÁ LOS **51 MIL MILLONES**

gunda mano es la generación Z, en particular la franja de edad 18-24 (69%), nativos digitales que naturalmente prefieren el canal online para vender (83%) y comprar (72%). Para ellos, el factor principal a la base de esta elección es la posibilidad de ahorrar (77%), pero también la convicción de que el mercado de usado es

una forma inteligente de economía que vuelve muchos objetos más asequibles (58%). La venta, en cambio, tiene por objetivo principal la ganancia de dinero (51%). Más activos que el promedio de la población son los baby boomers en la franja de edad 55-64 (64%), cuyo canal privilegiado sigue siendo el offline, tanto para

la compra como para la venta (47%). Son ellos los más sensibles al aspecto medioambiental del usado, tanto es así que el primer factor de

compra es la reutilización y la lucha contra el despilfarro (57%), reflejada también en la elección de vender (48%) junto con la posibilidad de deshacerse de lo superfluo (83%). Al polo opuesto de esta filosofía se encuentra obviamente la moda rápida, sector de la confección que realiza prendas a bajo coste pero de baja

calidad, lanzando continuamente nuevas colecciones en poco tiempo. A menudo, a la base del éxito de las grandes cadenas comerciales se esconde precisamente esta manera de hacer moda, llamada fast fashion. Este sector genera un volumen de negocios que supera los 26 mil millones de euros, descuidando por completo las consecuencias para el ser humano y el medio ambiente. Obviamente, un producto a bajo coste comporta un recorte de las ganancias de quienes están en la base de la cadena productiva, lo cual conlleva una grave degradación de las condiciones laborales. Uno de los casos emblemáticos tuvo lugar el 24 de abril de 2013 en Bangladesh, cuando el edificio Rana Plaza –que albergaba numerosos pisos, tiendas y talleres textiles– fue protagonista de un evento dramático. La construcción presentaba muchas grietas estructurales, pero los propietarios de las fábricas textiles prefirieron dejar que sus empleados siguieran trabajando, lo cual provocó numerosas víctimas y heridos durante el desplome definitivo del edificio. Esta fecha se conmemora hoy como el Fashion Revolution Day. Además del impacto humano, cabe considerar que la moda rápida tampoco tiene en cuenta el medio ambiente: durante la producción textil, en efecto, no se presta alguna atención a la selección de los tejidos, las técnicas de producción y el uso de químicos agresivos. La Comisión Económica para Europa de las Naciones Unidas declaró que dicha industria es actualmente responsable del 20% del despilfarro de agua y del 10% de las emisiones de anhídrido carbónico.

También los ríos se ven gravemente afectados por la fast fashion: cada día este sector desecha elementos tóxicos, sustancias nocivas, colorantes y pesticidas en el medio ambiente. Otra consecuencia, no menos importante, es sin lugar a dudas la producción de residuos: los productos sin vender o fallados terminan, de hecho, en los vertederos. La moda sostenible, por el contrario, además de ser ética y ecológica, es también consciente. Las diferencias fundamentales entre la moda sostenible y la moda rápida



ADEMÁS DEL **IMPACTO HUMANO**, CABE CONSIDERAR QUE LA **MODA RÁPIDA** TAMPOCO TIENE EN CUENTA EL **MEDIO AMBIENTE** USO DE **QUÍMICOS AGRESIVOS**

conciernen tanto la calidad como la cantidad. La primera se basa en una cadena corta y transparente, con una producción necesariamente limitada que respeta el medio ambiente y a los trabajadores. En la segunda, en cambio, no se controla la huella medioambiental ni la tutela de los empleados, lo cual permite las producciones masivas y los precios tan económicos. Asimismo, la moda de segunda mano puede considerarse un re-

curso medioambiental, ya que no requiere producción ni, por ende, consumo de energía y la prenda reutilizada no termina en el vertedero. Vinted, conocida como “el Netflix del fashion”, se asegura así un rango importante en el mercado de la moda verde permitiendo, mediante el pago de una cuota mensual, recibir prendas que se pueden conservar o volver a vender. La moda sostenible crece, por lo cual se espera un éxito cada vez mayor en la lucha contra el despilfarro y la contaminación.

LOS IMPULSORES DE Segunda Mano

GENERACIÓN Z

18-24 años

77% Posibilidad de ahorrar
58% Muchos objetos más asequibles

FAMILIA

35-44 años

82% Prefieren el canal online para vender
67% Posibilidad de ahorrar

BABY BOOMERS

55-64 años

83% Prefieren el canal online para vender
57% Reutilización y la lucha contra el despilfarro





Hair Salon

por Carmen Lopez y Cristian Delgado


MEDAVITA
CHILE

Entrevista con LUISA ZAVALA

A Como Gerente Comercial de Beauty Color, empresa especializada en la distribución de productos profesionales de belleza, acepté el desafío de ampliar el portafolio de nuestra empresa y en 2018 comenzamos la búsqueda de un socio comercial que nos acompañara a revolucionar el mundo de cuidado del cabello y el color junto a los peluqueros, coloristas y tricólogos para darle un nuevo aire e inspiración. Es así que, a comienzos del año 2021, emprendimos este gran desafío junto al equipo de Medavita. Una marca con una filosofía excepcional, perfecta para transformar un salón mediante una experiencia incomparable de belleza y bienestar. Para llevar adelante este gran desafío, en Chile contamos con un gran equipo liderado por Cristian Delgado, Gerente Técnico Comercial Medavita Chile, del que forma parte un team técnico integrado por

María Cecilia Zúñiga y Paulina Flores, uno de marketing integrado por Lola Lavielle y uno comercial, todos enfocados en transformar Medavita en uno de los principales actores del mercado chileno.

A partir de octubre de 2021, no obstante todos los desafíos provocados por la pandemia, logramos lanzar la marca en la cadena de peluquería más importante de Chile y toda Sudamérica: Palumbo y Sebastián Ferrer Hairvolution. A tal fin, hemos capacitado a más de 580 personas entre estilistas, técnicos y jefes de salón y todos ellos cuentan hoy con el concepto más revolucionario en materia de productos cosméticos capilares, creado por Giancarlo Verona. Es así que MEDAVITA ha pasado a formar parte del gran mercado de proveedores para las peluquerías chilenas.

En Chile, las consumidoras han demostrado su satisfacción no solo por el gran resultado de los productos, sino además por la calidad insupe-



rable de estos en todas sus categorías: Color, Haircare y Styling. Las y los estilistas que han conocido la calidad de Medavita han quedado fascinados por sus características y resultados. Las y los formadores de la marca han afrontado las capacitaciones emprendiendo el desafío de mostrar que en Medavita “la belleza no se detiene”.

Las peluquerías del sector siguen conociendo las excelentes características técnicas y cualitativas de la marca. Es así como se comienza el año 2022, con numerosas capacitaciones en nuestro centro de formación ubicado en uno de las zonas más exclusivas de Santiago, la capital de Chile. Hemos dinamizado el mercado de las peluquerías organizando un concurso de “libre inspiración”, en el que los principa-

les coloristas del país mostraron sus creaciones e ideas utilizando principalmente Luxviva, Choice Color Non color y Root, además de mechas creativas con los decolorantes Blondie, realzando sus resultados con los productos Haircare y Styling de la marca.

El jurado estuvo integrado por el equipo Medavita Italia y Luisa Zavala, directora artística internacional de ICD Chile. El ganador obtuvo como premio un curso y estadía en Medavita Milán.

Son muchos los desafíos que nos depara el gran mundo de la belleza: Medavita Chile ya está organizando cursos de capacitación sobre las tendencias de color y corte, además de otras actividades destinadas a la gestión comercial de las peluquerías en Chile.



LUISA ZAVALA
Directora artística internacional
ICD CHILE, con más de 32 años
de trayectoria

■ ¿Cuáles son los desafíos de la peluquería en Chile?

■ Hoy, más que nunca, son muchos: por sobre todo, mantenerse en constante formación; buscar dinamismo para reinventar los equipos (mayoría de gente joven); poder sostener la cuestión de liquidez/rentabilidad de la empresa. Siempre hay que tener la sensatez de saber dónde están tus riesgos y tus fortalezas, para aplicarlos y mejorarlos en el día a día.

■ ¿Cómo hace una estilista para llevar las tendencias a sus clientes?

■ Manteniéndose al día, participando en las mejores instituciones mundiales (como Intercoiffure Mondial – ICD, a la que per-

tenezco desde hace 22 años), sin olvidar ayudarse con los medios tecnológicos a través de las diferentes plataformas que van en paralelo con la información de las nuevas tendencias de la moda que aparecen en las revistas.

■ ¿Cómo logra presentar Medavita a sus clientes?

■ Las armas más efectivas de los estilistas para obtener excelentes resultados y fidelizar a las clientes son, sin lugar a duda, los mejores productos y herramientas. Medavita cumple con todas las condiciones para el éxito de un profesional.

■ ¿Considera importante el desarrollo de propuestas por parte de las empresas para presentar tendencias de moda cada temporada?

■ Las empresas y los estilistas tenemos que caminar a la par: por lo

tanto, es más que importante que las empresas estimulen, entusiasmen y formen a los estilistas. La creación de tendencias para cada temporada es vital para el desarrollo común de profesionales y empresas.

■ ¿Cómo promueve la comunicación con sus consumidoras para proponer nuevas tendencias?

■ Mas allá de la comunicación directa con las clientes, debe haber muchos “vendedores silenciosos” en el salón: pantallas de video, estandartes, expositores o vitrinas que muestren los avances de la moda, sobre todo en Europa, ya que en el Hemisferio Norte las temporadas de vanguardia están adelantadas con respecto al Sur.

■ ¿Qué experiencia entrega a las nuevas generaciones de estilistas?

■ Mi enseñanza para las nuevas

generaciones consiste en mi trayectoria de treinta y dos años en el mundo de la belleza, acompañada de pasión, profesionalismo, viajes de perfeccionamiento en todo el planeta transmitiendo formación y empatía, renovándome a diario.

■ ¿Que recomendación haría a los estilistas de todo el mundo?

■ No obstante la situación adversa a nivel mundial, tenemos que invertir nuestro tiempo en perfeccionarnos, reinventarnos, renovar nuestro entusiasmo y compartir vivencias internacionales con nuestros pares. Finalmente, tenemos que entender que nuestro arte va a ser necesario ahora y siempre, insistiendo en que “La belleza no se detiene”.



Equipo Medavita Chile



MEDAVITA

Elite

CHOICE COLOR

LA REVOLUCIÓN
DEL «COLOR SIN»
YA ESTÁ AQUÍ.

www.medavita.it • Follow us on  Medavita SPA •  @medavitaofficial



Edición:
Medavita SpA

Dirección editorial y artística:
Medavita

Diseño gráfico:
Valentina Tomba, Susan Traverso, Judi Casagrande e Marzia Bello
per Studio Idee Materia www.inmateria.net

Colaboradores en este número:
Elaine Barbosa, Silvia Cecchinato, Mariachiara Dondi, Monica Mistretta,
Anna Piacente, Tina Ruggeri

Foto:
Kamil Strudziński, Gianmaria Fioriti, Stefano Vacca, Aurora Zonta

Hair:
Alessandro Squarza, Mimmo Di Maggio
Team Tecnico Medavita

Make-up:
Mary Cesardi

Stylist:
Valentina Di Pinto

Traducción:
We Translate Beauty
www.wetranslatebeauty.it

#12
2022

LOTION
CONCENTRÉE:
13 PRINCIPIOS
ACTIVOS VEGETALES
DE GRAN VITALIDAD
Y POTENCIA.
UN CONCENTRADO
DE NATURALEZA
QUE DA VIDA
AL CABELLO.



MEDAVITA

www.medavita.it • Follow us on  Medavita SPA •  @medavitaofficial

UNA
HISTORIA
DE AMOR
POR EL
CABELLO.
UNA
HISTORIA
DE AMOR
POR LA
NATURALEZA.
UNA
HISTORIA
AUTÉNTICA.



PV4120ES - Edición de Abril 2022



MEDAVITA