

QMD

¡QUÉ ME DICES!

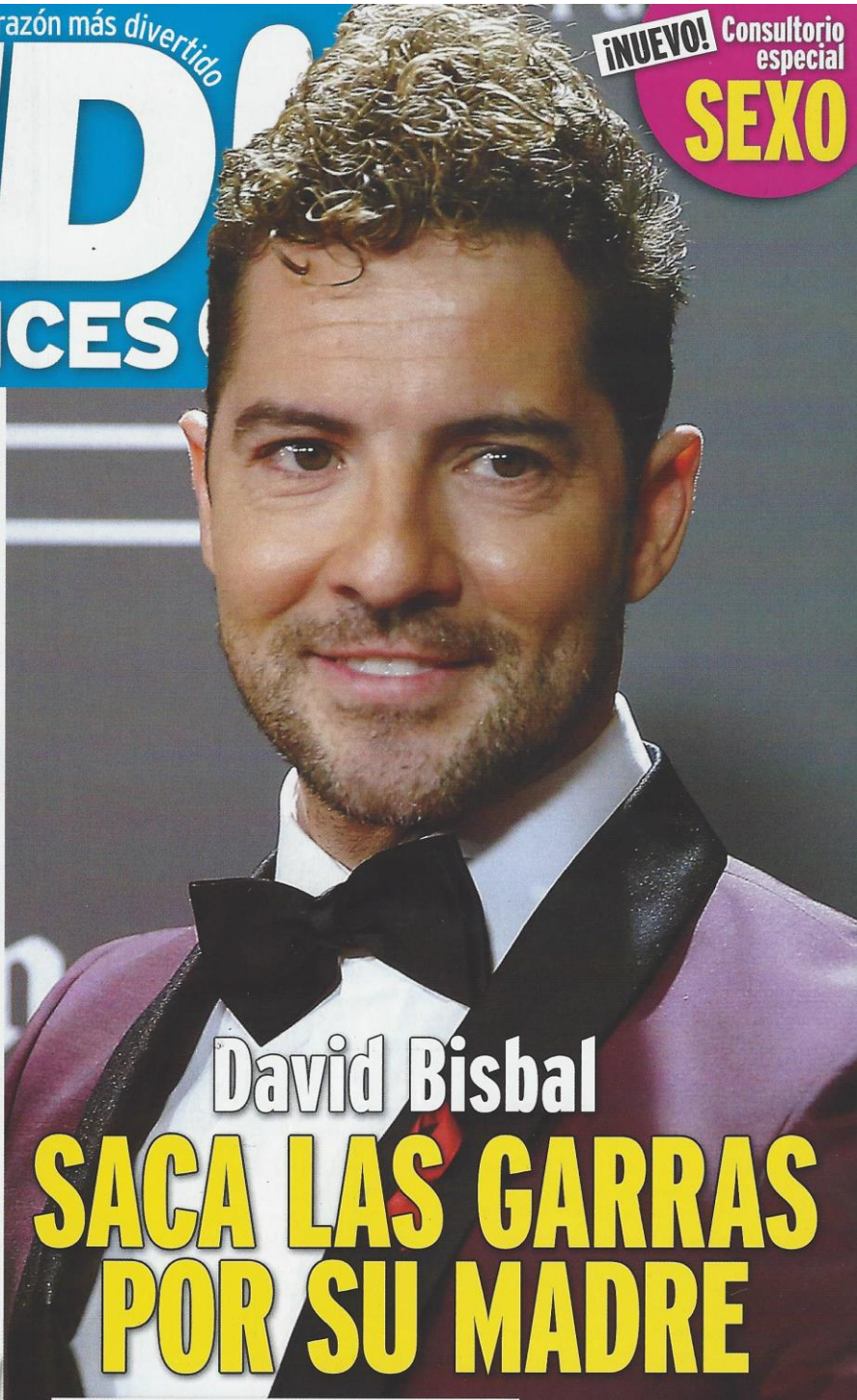


EDICIÓN ESPECIAL

No se corta un pelo

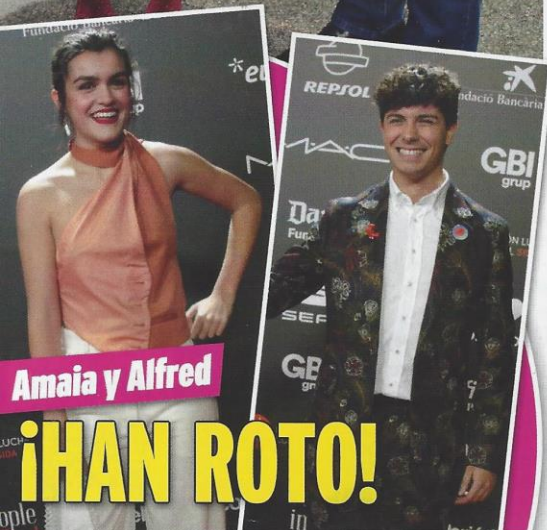
Luis Miguel se sincera

"ME DUCHO CON EL CHAMPÚ DE PEDRO J."



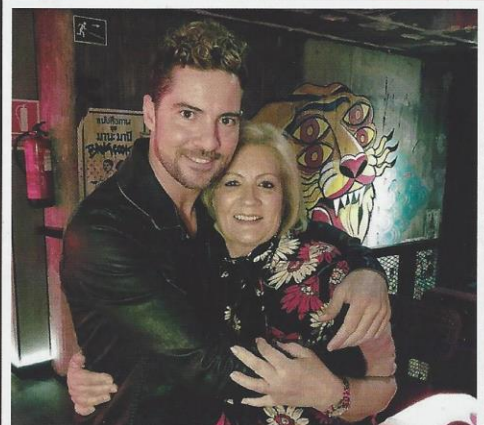
David Bisbal

SACA LAS GARRAS POR SU MADRE



Amaia y Alfred

¡HAN ROTO!



La defendió después de que ésta arremetiera contra Elena Tablada

Piel jugosa

Por Lola López

Con las bajas temperaturas, la epidermis se seca y enrojece. Lograrás que tu rostro brille con estos consejos

El viento, el frío y los cambios bruscos de temperatura entre el calor del hogar y el exterior hacen que nuestra piel se resienta durante los meses de otoño e invierno. Para evitarlo, necesitas unos cuidados especiales. La experta en estética, Marga Cardona, de Mahe Belleza (www.mahebelleza.com), nos da las claves para que la piel siempre esté luminosa y en perfecto estado.

La higiene facial es fundamental. Una piel limpia es más receptiva y está preparada para que los tratamientos diarios de hidratación sean más efectivos. Por eso es importante realizarse una limpieza en cabina cada dos meses. Si es grasa, una vez al mes.

Crema hidratante con filtros. La crema de día, mejor con factor de protección de las radiaciones solares y de la polución. Si antes aplicas un sérum equilibrante de PH, conseguirás que a la piel no le falte ningún componente.

Sueros personalizados de noche. Dependiendo del cutis, los sueros se pueden personalizar con principios activos naturales. A la mañana siguiente, la piel estará más luminosa, tersa e hidratada.

Recupera la flexibilidad. Si por dejadez o descuido la piel ha quedado descamada, recurre a las mascarillas reestructurantes con ácido hialurónico y otros componentes revitalizantes.

facebook @revistaQMD



Cara bonita

El frío contrae los capilares y reduce la oxigenación celular, por lo que la epidermis se vuelve más seca. Los cosméticos pensados para el frío refuerzan la barrera natural de la piel y aportan un extra de lípidos que la protegen y evitan su deshidratación. Las cremas se vuelven más nutritivas gracias a la vitamina E, la creatina, el Aloe Vera y otros eficaces activos.



Concentrado y crema antiarrugas Q10 Power: **4,50 €-10,99 €**
De Nivea



Tratamiento labial con hialurónico: **36 €**
De Twelve Beauty

Suero calmante y protector: **45 €**
De Apoem



Crema, SPF 50: **18,50 €**
De Amapola Bio



Aceite limpiador: **29,90 €**
De Medik8



Mascarilla intensiva: **75 €**
De Sepai

ESMERALDA MOYA (33)
La actriz de *La Verdad* es toda una 'influencer' en cuanto a belleza y moda se refiere. Con más de 157.000 seguidores en Instagram, Esmeralda da consejos sobre cómo estar guapa. La hidratación diaria es uno de los pasos más importantes de su rutina 'beauty'.