

Clara Laguna

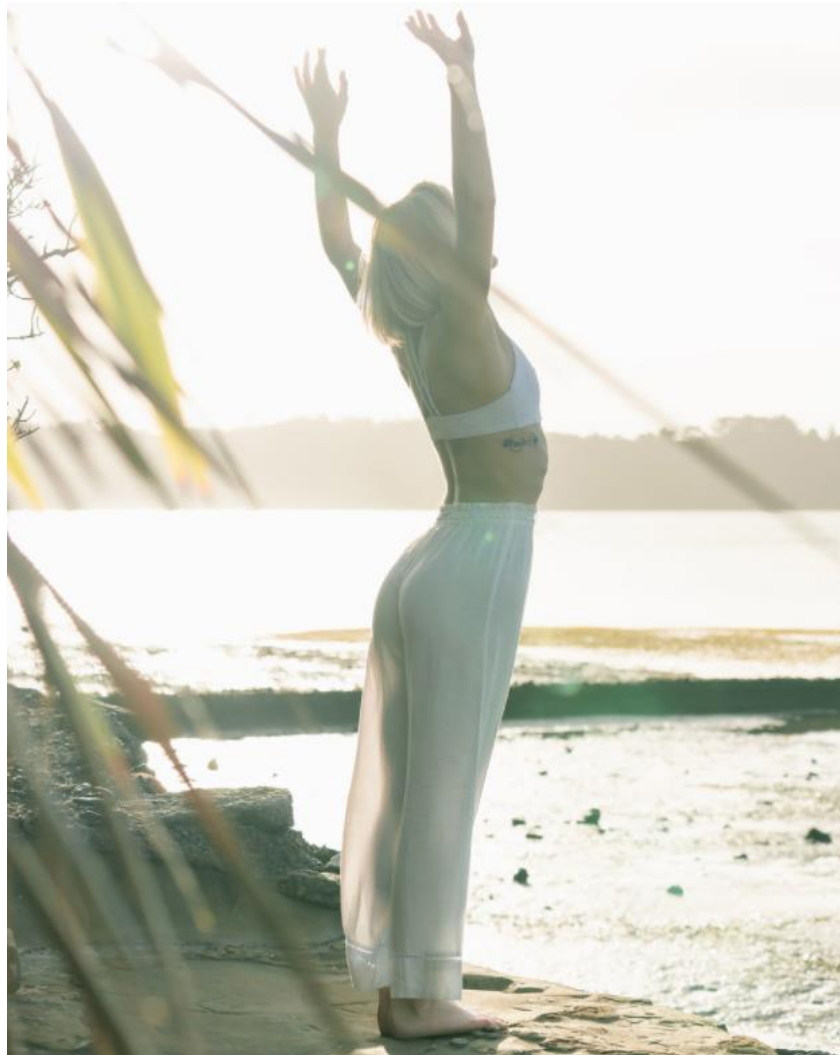


Condé Nast
Traveler

EXPERIENCIAS 25-06-2021

Siete tratamientos en cabina para recibir el verano

Un facial, un masaje shiatsu, un bronceado exprés... Regálate autocuidado y empieza tus vacaciones con el mejor humor (y aspecto) posible.



■ Tiempo de lectura **7 minutos**

¡Bienvenido verano! **Ha llegado la hora de irse de vacaciones o, por lo menos, de disfrutar con más ahínco de los fines de semana y las largas tardes estivales.** Antes de hacer las maletas, pide cita en alguno de estos centros de belleza y salud para **empezar tu tiempo libre de buen humor y mostrando tu mejor versión ante ti y ante los demás.**

1) UN TOQUE DE 'SOL' SALUDABLE

Hace años que hemos decidido que **no es necesario pasar ese primer mal trago de ponerse el traje de baño con la piel más pálida y tristona que la de Nosferatu**. Por suerte, las firmas se han puesto las pilas con esto y hay **una interesante gama de opciones para broncearse sin necesidad de tomar el sol ni exponerse a rayos nocivos**. Hace poco hemos probado un auténtico descubrimiento. Se trata de **Tannity**, un proyecto español de **Marta Porcel (CEO y socia fundadora) e Isabel Delgado (socia y directora de comunicación)**. Su fórmula se adapta al tono específico de tu piel en la intensidad que desees y consigues resultados naturales (olvídate del naranja) **en solo 15 minutos, que pueden durar hasta 10 o 12 días**.

Además de la estética, Tannity tiene una motivación sanitaria: en España se detectan aproximadamente 6.000 casos al año de melanomas. **La técnica, que no tiene el característico olor de los autobronceadores (aunque sí contiene DHA) y es *vegan friendly*, proviene de Estados Unidos**, donde la usan Jennifer López, Shakira o Kylie Jenner.

El proceso es sencillo: fuera ropa y **prepárate para ser rociada por una bruma de aerógrafo profesional que se absorbe en pocos minutos. ¿Lo mejor? Te puedes llevar sus productos para hacerlo en casa**. Eso sí, si quieres cita para estar lista antes de un evento o celebración, pídelo con tiempo, este 'secreto' está muy solicitado y las *celebrities* desfilan por ahí a todas horas.

Nos encanta: Tienen centros en Madrid y Valencia y ofrecen **sesiones gratuitas para personas que están tratándose con quimioterapia**.



Entrada a la Clinique La Prairie de Madrid.

© Clinique La Prairie

2) UN 'MENEO' A LA CELULITIS

Ni creemos que se pueda quitar del todo ni le tenemos tanta manía como quieren que le tengamos... pero sí es cierto que hay celulitis y celulitis. **Es decir, no podremos hacerla desaparecer por completo, pero sí podemos ver la piel más uniforme, tonificada y, sobre todo, sentirnos mejor con nuestro cuerpo.**

Nos gusta el enfoque holístico que hacen en la prestigiosa clínica **La Prairie de Madrid**. Su terapia **Terapia Dermatofuncional** trabaja el músculo a través de masajes más allá de la piel. Habitualmente utilizada en el rostro, también se puede realizar en abdomen, cartucheras, glúteos... Ayuda a tratar la celulitis, grasa localizada y generalizada, las estrías, la flacidez, además de cicatrices, queloides, quemaduras y linfedema.

El proceso incluye la **aplicación de técnicas electrosonotérmicas (ultrasonidos, radiofrecuencia y corrientes de acción biológica), terapia manual e instrumental**, control motor del movimiento y corrección postural. Además, **mejora los contornos corporales en caso de grasa localizada, la cual aparece con más facilidad como consecuencia del nuevo hábito del teletrabajo** que hace que pasemos más horas sentados en casa (primera sesión, 160€/seguimiento, 110€).

Nos encanta: Ayuda en la recuperación post-parto, al **autoconocimiento postural correctivo y mejora la autoestima** y la calidad de vida.



¿Te atreves con un masaje drenante y remodelador?

© Royal Touch

3) UN MASAJE BRASILEÑO MOLDEADOR

La brasileña Fernanda Silva, que tiene casi dos décadas de experiencia en el sector, **ha revolucionado el mundo del masaje en Madrid y Barcelona con Royal Touch**. **Vaya por delante que no hablamos exactamente del clásico masaje**, sino de una revolucionaria técnica moldeadora que la ha convertido en todo un referente en estas dos ciudades. En sus centros, avisamos, no es fácil conseguir cita. Y tampoco es 'fácil' el proceso en sí que, sin embargo, se vuelve un poco adictivo. **Te explicamos: el protocolo no es un ritual relajante de caricias y mimos, sino un auténtico masaje moldeador y drenante** (con las manos e instrumental), de una hora de duración, que conseguirá reducir medidas, deshinchar y tonificar, todo desde la primera sesión (80€).

El tratamiento requiere vuelta y vuelta, o sea que **pasa por piernas, espalda, vientre, brazos (estos duelen un poco por la cara interna, la verdad), y puede producir agujetas** al día siguiente. Sales un tanto dolorido, sí, pero relajadísimo y con la misión de **beber mucha agua para expulsar toxinas y con resultados palpables** (las fotos que te hacen antes y después, para tu uso personal, lo dicen todo).

Nos encanta: Los resultados en cuanto a pérdida de volumen son inmediatos y **sales de la cabina como si flotaras...**



La zona wellness del Mandarin Oriental Ritz incluye una cabina de tratamiento de lujo.

© Mandarin Oriental Ritz Madrid

4) UN FACIAL DELUXE

La sensación hotelera de la temporada es el Mandarin Oriental Ritz de Madrid, así que **su esperadísima zona wellness no podía ser menos**. Lo firma la prestigiosa Paz Torralba, CEO de los centros The Beauty Concept, un referente en la capital, que **ha diseñado además para la única cabina del hotel (ojo a la exclusividad, solo hay una) un protocolo específico**. Se llama Sublime Mandarin Oriental Ritz, **se adapta a las necesidades de cada persona, respetando la identidad hormonal**, y se realiza con productos de la marca suiza Valmont.

El ritual, que dura una hora y media, empieza con **una doble y profunda limpieza para que la piel esté más receptiva a los principios activos**. A continuación, se exfolia para eliminar células muertas y se aplica **una mascarilla personalizada para oxigenar, reparar e hidratar**. Tras ella, se aplica una segunda mascarilla con efecto tensor en rostro, cuello y escote. Para finalizar, **se hidrata la piel con un concentrado de sueros, también personalizados. El velo de colágeno aplicado cura, equilibra, rejuvenece y devuelve la luminosidad**. Finalmente, **se trabaja rostro, cuello y escote con una crema de tratamiento (350€)**.

Nos encanta: El tensado natural que proporciona y el efecto calmante en pieles deshidratadas. **¿Un consejo hedonista? Acude 30 minutos antes para disfrutar de las instalaciones de la zona de aguas.**



The Beauty Concept Hair, en Ortega y Gasset, 47 (Madrid).

© The Beauty Concept

5) UN MIMO EXPRÉS PARA EL CABELLO

Y seguimos con The Beauty Concept, ya que si aún no conoces su nuevo espacio capilar en Madrid, tienes una cita pendiente. **El pelo sufre mucho en verano y no es preciso dedicarle mucho tiempo para mantenerlo sano. Nos gusta por ese motivo el tratamiento TBC Collagen Hair, para darle fuerza, resistencia y brillo** en solo 15 minutos. “Se trata de un protocolo intensivo que realiza una hidratación profunda a la vez que revierte el daño capilar, nutre, **aporta sedosidad, rellena la fibra y queda mucho más brillante**”, explica Paz Torralba.

En primer lugar, se lava el cabello con un champú específico. **Luego se retira la humedad con la toalla y se rocía con un spray toda la melena para preparar antes de aplicar el colágeno.** A continuación, se distribuye este de medios a puntas y se masajea hasta que penetre correctamente; **se cubre la cabeza con un turbante y se aplica calor durante 15 o 20 minutos.** Para finalizar, se aclara y se procede al *styling* (90 minutos, 80€ tratamiento / 45€ peinado).

Nos encanta: Tiene el aval nada menos que de Eugenia Silva, quien lo ha recomendado en sus redes y es **ideal para mujeres con poca paciencia.**

6) UN POCO DE DE FOTOBIOESTIMULACIÓN

Quizá no hayas oído hablar de Lipoled, pero seguramente te pueda interesar lo que esta aparatología de la firma española Medilux puede hacer por tu cuerpo. **Se trata de una técnica que emite luz infrarroja atérmica (es decir, no caliente) a 850 nm, a través de un cabezal de 64 diodos LED**, que permiten una penetración de hasta 8 cm de profundidad de forma no invasiva y sin ningún efecto secundario. ¿Con qué fin? **Aumentar la producción de colágeno, estimular el sistema inmunitario...** En definitiva, ayuda a reafirmar los tejidos, a eliminar celulitis y cicatrices, a tonificar y drenar. **Puedes encontrar esta aparatología en clínicas y centros de toda España.**

Nos encanta: Además de todo lo dicho, **¡su uso genera endorfinas!**



Cabinas del centro de salud y estética Assari.

© Assari

7) UN MASAJE SHIATSU

Reflexología, maderoterapia, meditación, nutrición... **en el centro madrileño Assari tienen todas estas disciplinas, guiadas por excelentes terapeutas.** Su masaje shiatsu, terapéutico y muy relajante, de origen japonés y también conocido como digitopuntura, es una bendición (lo sabemos de primera mano). **¿Molestias digestivas? ¿Tensión cervical? ¿Dificultad para dormir? Cuéntaselo a la terapeuta, quien presionará suavemente con los pulgares y las palmas** de las manos puntos y zonas específicas del cuerpo, consiguiendo un efecto terapéutico **tanto a nivel muscular como del sistema central nervioso.**

Este uno de los protocolos estrella de este centro especializado en **el cuidado de la salud, el ejercicio físico, el bienestar y la belleza.** Sus beneficios van desde aliviar el estrés y dolores musculares hasta mejorar la circulación sanguínea o equilibrar el organismo, **actuando a nivel osteo-muscular y en los diferentes sistemas del organismo: nervioso, sanguíneo, linfático y hormonal** (60€).

Nos encanta: Además de todo lo anterior, refuerza el sistema inmunológico y **la capacidad de autocuración del organismo.**