



presentados ofrecían la particularidad de la fantasía traban que la sencillez puede ser el mejor atributo de de esta última consideración destacando una línea en uve algunos croquis de las nuevas técnicas desarrolladas.

los profesionales acerca del estilo más conveniente, práctico o favorecedor. Se produce un interesante cambio de ideas y los visitantes extranjeros pueden adoptar aquellas que mejor armonicen con los gustos de los clientes de sus respectivos países, sin alterar, naturalmente, la línea básica.

Reportaje gráfico PAUL ALMASY. Servicio exclusivo para «TRIUNFO» de CAMERA PRESS-ZARDOY.

LOS PUNTOS SENSIBLES AL TIEMPO Y A LA FATIGA

PARPADOS hinchados después de una mala noche, rasgos hundidos, un surco en las comisuras de los labios: un día cualquiera usted constata este primer ataque —pasajero tal vez— a la integridad de su rostro. Es una señal de alarma que puede preceder a gran distancia a la aparición de las arrugas pero que, sin embargo, no debe ser desoída. Las causas principales por las cuales la piel envejece y pierde su tersura son dos: el tiempo y la fatiga.

Las arrugas de la edad

Con el tiempo, la capa más profunda de la piel, la dermis, se endurece, pierde elasticidad, se deshidrata. Como consecuencia, la epidermis se arruga, de la misma manera que la piel de una manzana cuando la pulpa se reseca.

Los pliegues de la fatiga

Son las llamadas arrugas de expresión que se forman a menudo muy pronto en los lugares donde los músculos se contraen con más frecuencia en gestos habituales. Esta contracción, repetida, acarrea la rotura de las fibras de la dermis.

Para combatir las arrugas...

Se emplean con éxito los astringentes. Vegetales (zumo de limón, hamamelis, tánico, etc.) y químicos (agua de rosas, ácido bórico). Pero estos productos actúan de forma mecánica y sólo superficialmente.

Desde hace algunos años se ha comprobado que resultan más eficaces los extractos de origen animal que estimulan las capas profundas de la piel, tales como los extractos placentarios, de embriones, de suero de caballo, etc. Conviene utilizarlos antes de que la piel haya perdido su capacidad de reacción, porque, si se espera demasiado, los mejores productos ya no pueden obtener ningún resultado.

No se debe abusar de los astringentes, que tienen tendencia a resecar y ajar la piel.

Las aplicaciones de agua fría o hielo también ejercen un efecto astringente, al forzar las minúsculas fibras musculares del cutis a contraerse temporalmente. A la larga, esta gimnasia pasiva acaba por reeducarlas y fortalecerlas, en cierta medida.

De la misma forma actúan las corrientes eléctricas, que deben ser aplicadas por especialistas en la materia.

Pero lo fundamental para conservar la tersura del cutis es tonificar los músculos que le sirven de soporte. Arrugas y pliegues se forman cuando los músculos se debilitan y atrofian. Para evitarlo se debe activar la circulación por medio de cepillados suaves —sobre todo en caso de cutis



grasiento—, golpecitos con una paleta de caucho y masajes realizados correctamente.

Para borrar los pliegues...

Lo ideal sería vigilarse continuamente para evitar las contracciones inútiles de los músculos cutáneos, los tics, los gestos repetidos, la risa. Pero un rostro inmóvil, por bello que sea, no tiene jamás el encanto de otro espontáneo y expresivo. Será suficiente cuidar de que los pliegues «de expresión» no se instalen demasiado profundamente eliminando las causas exteriores —usando gafas para el sol, por ejemplo, para no guñar los ojos— y combatiendo la tensión del rostro haciéndolo reposar voluntariamente varios minutos al día, en un ambiente tranquilo y oscuro, aplicando lociones o máscaras refrescantes.

Estas lociones pueden ser, sencillamente, infusiones de manzanilla, flor de azahar o tila usadas en pulverizaciones o compresas, y los máscaras, algunas preparadas especialmente y en venta en las perfumerías, a base de alcanfor, que relaja los músculos.

El masaje también es útil en este caso porque, al aumentar la tonicidad de la piel, le proporciona los medios de defenderse mejor contra la repetición de un gesto.

También es importante observar las actitudes habituales. Si se tiene la costumbre de inclinar la cabeza, por ejemplo, se forma un doble mentón antiestético y la piel del cuello se arruga. Al adoptar una actitud correcta esos pliegues desaparecen. Lo mismo ocurre por la noche, al dormir, si se usa una almohada demasiado alta.

La gimnasia facial tiene partidarios y detractores. Se la acusa de acentuar los pliegues. Y es verdad si está mal realizada, en el sentido de la contracción. Pero es eficaz si se efectúa en el sentido opuesto. He aquí dos ejemplos de ejercicios proporcionados por Guyford Hauser:

PARA FORTIFICAR LOS MUSCULOS DEL CUELLO Y LA BARBILLA: Adelantar esta última hacia adelante; luego, colocar el labio inferior sobre el superior. En esta actitud, girar lentamente la cabeza hacia la derecha y hacia la izquierda, doce veces a cada lado. **PARA TONIFICAR LOS MUSCULOS DE LA BOCA:** Colocar las palmas de las manos en las mejillas; después, levantar las comisuras de la boca lo más posible, alternando la derecha y la izquierda doce veces.

No es necesario localizar demasiado los cuidados dedicándose especialmente a los párpados, la frente, el cuello, etc., ya que la piel es la misma en todos esos puntos. Pero si conviene luchar desde los primeros síntomas. El milagro no existe en cuestiones de estética; la piel es como un vestido; cuando comienza a dar señales de vejez no se le puede devolver el aspecto de nuevo que, sin embargo, un cuidado apropiado desde el principio le habría conservado largo tiempo.

JOSINE LANNON