



belleza&salud

DOCTORA PALOMA TEJERO MASTER EN MEDICINA ESTÉTICA

OPERACIÓN SANDALIA

Si hay una estación especial especial para la pedicura, esta es el verano.

Las nuevas técnicas para el cuidado de pies y uñas transforman el tratamiento de pies en un extraordinario servicio que es indispensable cuando llega el buen tiempo.

La nueva pedicura está destinada a todas aquellas personas, especialmente mujeres, que quieren dar a sus pies un cuidado especial y exquisito.

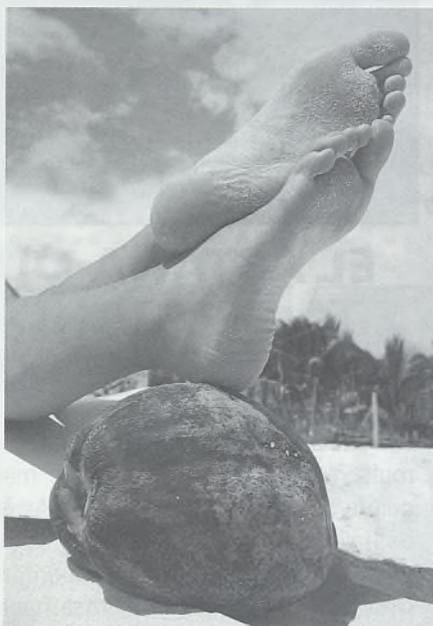
Y también para aquellas que sufran algún tipo de molestia, ya que ofrecen opciones de tratamiento que los alivian, refrescan y re-energizan.

Para los pies destaca la utilización de productos y de métodos innovadores donde no sólo el resultado es visible al instante, sino que también renuevan y restauran el espíritu y la mente.

Para las uñas hay numerosas opciones, desde la discreta y elegante pedicura francesa a los intensos tonos rojos. Es cuestión de gustos.

PEDICURA ESTÉTICA

El tratamiento que realizamos en Mediestic consiste en hacer una exfoliación de la piel en los pies, aplicando emolientes para eliminar las durezas, las células muertas, etc. A continuación, se liman las uñas y se pulen, con una lima especial



impregnada en aceites esenciales, se actúa sobre las plantas y los talones. Después se envuelven los pies en parafina para conseguir hidratar y nutrir además de un masaje para activar la circulación y lograr una relajación.

Si se desea, se completa con una sesión de uñas a la francesa, que consiste en aplicar un esmalte de porcelana y en los bordes exteriores de las uñas, un esmalte blanco. También se pueden realizar dibujos o colocar unos tipos con adornos de flores o motivos geométricos.

Lo más novedoso este verano en lo que a pies se refiere, es llevar las uñas decoradas permanentemente.

TRATAMIENTOS EN CASA. CÓMO HACERSE UNA PEDICURA PROFESIONAL

Además del tratamiento en nuestro centro, también es importante cuidar de los pies y de las uñas en casa.

Una pedicura bien hecha mantendrá tus pies sanos, limpios y sobre todo, bonitos.

Te enseñamos a realizarla correctamente, toma nota:

- 1-Corta y lima las uñas en cuadrado. Es importante que no queden cortas las esquinas, ya que esto puede provocar que crezcan por dentro de la piel y esto resulta peligroso, además de muy doloroso.
- 2-Aplica sobre durezas y pellejitos una crema hidratante cualquiera o, incluso, vaselina. No olvides poner un poco sobre las cutículas.
- 3-Introduce los pies en agua templada cinco minutos.
- 4- Seca muy bien, dedo por dedo.
- 5-Retira las cutículas hacia atrás, pero no las cortes. Si lo haces crecerán el doble.
- 6- Con la ayuda de piedra pómez o de una lima para pies, pule los talones y las zonas en que la piel esté más seca.
- 7-Antes de pintarte las uñas, separa los dedos con algodones para que el esmalte seque bien. También existen unas almohadillas específicas para este fin.



Hace 25 años revolucionamos el mundo de la medicina estética en nuestra ciudad

ahora, abrimos el centro más innovador y mejor equipado de Toledo

Mediestic

La Medicina Estética al alcance de todos

NOS TRASLADAMOS NUEVAS INSTALACIONES

C/ Reino Unido, nº 7 Bis -

925 21 58 46

www.mediestic.com