PATAGONIA
Fem
Edición nº68 - Viernes 11 de diciembre de 2015
Gratis con La Prensa Austral

ESPECIAL

ESTÉTICA & BELLEZA 2016

Fernanda Deichler,

la primera cirujano plástico, estético y reconstructivo de Magallanes

bbcos hair pro
ITALY

MADE IN ITALY

DESDE ITALIA

LO ÚLTIMO EN INNOVACIÓN

Nuevas líneas de productos **BBCos** se suman a su completa gama.

KERATINDECO
(Zero AMonia + Keratin)

Mantén el cabello fuerte y sano con KeratinDeco.
Un Polvo No Volátil para decolorar. Enriquecido con keratina hidrolizada, que penetra el cabello y contrarresta el estrés de la decoloración. Obtén 6 tonos de aclarado.

KERATIN PERFECT STYLE
(Keratina Hidrolizada, Mango y Limón)

Ataca la contaminación, el estrés, el clima y los tratamientos agresivos.
Esta nueva línea de estilo es capaz de dar fuerza y cuerpo,
su poder de limpieza y ricos nutrientes otorgan ligereza
y vigor al cabello.

KRISTAL BASIC
(Con semillas de Lino)

Completa línea de Shampoo, aceites normalizantes, cristales líquidos,
máscara regeneradora, mousse, crema de almendras, y más.
Productos esenciales para la hidratación y el cuidado del cabello.
Un aliado de la nutrición y vigor capilar. Entrega suavidad y brillo nuevo.

Casa Matriz: Principe de Gales 6620, La Reina / Teléfono: (02) 2758 4570
Apoquindo 5833, Las Condes. Teléfono: (02) 2295 7312 / Si quieres ser Distribuidor ingresa a **www.bbcoschile.cl**

ESPECIAL

BELLEZA & ESTÉTICA 2016

Fem Patagonia - Año 2 Edición 68
Viernes 11 de diciembre de 2015 Punta Arenas
Contacto: revista@fempatagonia.cl - www.fempatagonia.cl

Editora: Elia Simeone
Periodista: Analía Vázquez
Corrección: Lorena Díaz
Fotografía: Andrea Barría y Nicolás Ulloa
Diseño: Andrea Barría
Agente comercial: Claudia Barría
Ventas: cbarria@laprensaaustral.cl

Teléfono: 569-97482528
Impreso en talleres de La Prensa Austral
Circulación: Quincenalmente los días viernes con La Prensa Austral y en los recorridos de Buses Fernández y Buses El Pingüino

CONTENIDO

PÁGINAS 4, 5, 6

Doctora Fernanda Deichler: "La mujer magallánica está aceptando la cirugía plástica como una alternativa válida"

PÁGINAS 8, 9

Yoga, el arte de vivir bien

PÁGINAS 12, 13

Lyra, la nueva disciplina que atrae a las magallánicas

PÁGINAS 22, 23

Laura Bacigalupo y el arte de embellecer el cabello

REVISTA@FEMPATAGONIA.CL - WWW.FEMPATAGONIA.CL

Fernanda Deichler Vega

"La mujer magallánica está aceptando la cirugía plástica como una alternativa válida"

La cirujano plástico, estético y reconstructivo señala que la ética debe guiar todo accionar de un profesional que está en esta área.

FOTOS ANDREA BARRÍA

ELIA SIMEONE R.
REVISTA@FEMPATAGONIA.CL

"**LA MUJER MAGALLÁNICA** está aceptando la cirugía plástica como una alternativa válida, si bien a muchas no les gusta que se sepa que se han sometido a algún procedimiento".

Así lo destaca María Fernanda Deichler Vega, quien es la primera cirujano plástico, estético y reconstructivo que hay en Magallanes, título que tiene como aval 13 años de estudios universitarios.

Si bien María Fernanda nació en Santiago, a los siete años su familia se trasladó a vivir a Punta Arenas, por lo cual es una magallánica de tomo y lomo.

Hija de Francisco Deichler y Carmen Vega, estudió en el Colegio Alemán y cursó Medicina en la Universidad Austral de Valdivia.

Siendo la primera egresada de su promoción, siguió la especialidad de cirugía general en la Pontificia Universidad Católica de Chile y, luego, optó por la subespecialidad de cirugía plástica en la misma casa de estudios superiores.

"Pero, en medio de las dos especializaciones, trabajé como cirujano en el Hospital Sótero del Río, en Santiago", comenta.

Regresó a Punta Arenas en mayo pasado y ha estado trabajando como cirujano plástico en el Hospital Clínico. Experiencia que valora y que califica de buena, si bien indica que no es fácil abrirse campo en una especialidad nueva, en la que ella es señera.

"Llegué a un área que nadie estaba abordando y, claro, implica ir creando, poco a poco, un espacio para una necesidad que existe, pero como nadie la estaba ofreciendo, estaba más bien limitada. Pero, todo ha sido una gran experiencia y aprendizaje", plantea.

Además, tiene su consulta privada en el Centro Médico El Bosque.

Siempre deseó ser cirujano

Desde que cursaba octavo básico que María Fernanda tuvo clara su vocación. "Sabía que quería ayudar a la gente y, al tener como ejemplo a mi padre, quien como dentista servía en la red de salud pública, siempre me incliné por el área de la salud y supe que quería estudiar Medicina", recuerda.

¿Cómo derivó a la cirugía plástica? Para ella fue, más bien, un camino lógico pues se trata de una especialidad en que se aporta mucho a la vida de las personas y que ofrece gran versatilidad para el profesional que la abraza.

"En un mismo día, uno puede hacer cosas muy diferentes. Por la mañana, puedo estar realizando una intervención reconstructiva, como puede ser a una persona quemada; por la tarde, haciendo una reconstrucción mamaria; y, en mi consulta privada, puedo más tarde practicar una liposucción o aplicar bótox. Es un campo súper dinámico, entretenido y muy desafiante, pues todos los procedimientos exigen de ti la mayor perfección y cuidado posibles", refiere.

Profesional radicada en Magallanes

Ya sea en sus labores en el Hospital Clínico como en su consulta privada, María Fernanda sabe que un gran punto a su favor es que ella es una cirujano plástico que está radicada todos los días del año acá y que eso es una gran ventaja para los pacientes, respecto de atenderse con profesionales que vienen a hacer una cirugía o procedimiento y se regresan a Santiago.

"Yo no soy de esos médicos que vienen a operar y se van. Yo me vine a quedar y estoy todo el año. Eso es una enorme garantía para quienes se atienden conmigo porque soy una cirujana que está acá para preocuparse cien por ciento todos los días por sus pacientes. Todos sabemos que, tras una intervención, pueden surgir inconvenientes y, además, es reconfortante para quien se somete a una intervención contar luego con el cuidado del profesional que lo atendió. Eso es una diferencia abismante. Da una tremenda seguridad al paciente el saber que su médico está aquí para cualquier cosa que pudiera pasar", remarca.

Otra diferencia que la joven profesional (33 años) hace notar es su formación.

"Tengo una formación universitaria y soy miembro de la Sociedad Chilena de Cirugía Plástica, lo que no todos quienes incursionan en el campo de la estética pueden exhibir. Hay profesionales que, a lo mejor, han aprendido en una hora o en un día cómo realizar ciertos procedimientos estéticos. Yo, en cambio, tengo el respaldo de la Universidad Católica, que es una institución seria, reconocida internacionalmente, que forma gran cantidad de profesionales en los distintos ámbitos. En mi caso, gracias a una beca del Servicio de Salud, estudié tres años todo lo relacionado con la cirugía plástica, estética y reconstructiva. También soy cirujano general y he seguido el camino correcto para formarme como cirujano plástico y cuento con el respaldo de la Sociedad Chilena de Cirugía Plástica, que es la única entidad nacional que reúne a todos los cirujanos plástico que están reconocidos para trabajar en este campo", informa.

Por ello, María Fernanda pide a las personas que están sopesando la posibilidad de someterse a alguna intervención que se informen respecto de quienes están hoy ofreciendo servicios, ya que en esto puede radicar no sólo la diferencia respecto de obtener un buen tratamiento y solucionar un problema estético, sino en contar con la atención de un post-operatorio si algo no sale tan bien.

"Es totalmente legítimo que una mujer, a temprana edad, quiera someterse a una cirugía o procedimiento que le permita corregir alguna imperfección o problema. Muchas veces son cosas muy pequeñas, a ratos sólo perceptibles para el paciente, pero que sicológicamente tienen un gran impacto y le cambian la vida a la gente", comenta María Fernanda.

No hay que crearle falsas expectativas al paciente

Casada, María Fernanda tiene una hija de sólo cuatro años, Julieta, y está esperando otro bebé. Por eso, en su escaso tiempo libre se dedica a estar con su familia, disfrutar de su hogar y le gusta salir a comer a diversos restaurantes.

"La oferta gastronómica de Punta Arenas ha crecido. Antes estaba el Sotito's y nada más", comenta.

Su incursión como profesional ha sido notoria en estos escasos seis meses desde que regresó a Punta Arenas. "El boca a boca ha sido muy importante", acota al referir cómo sus pacientes han sido su mejor publicidad.

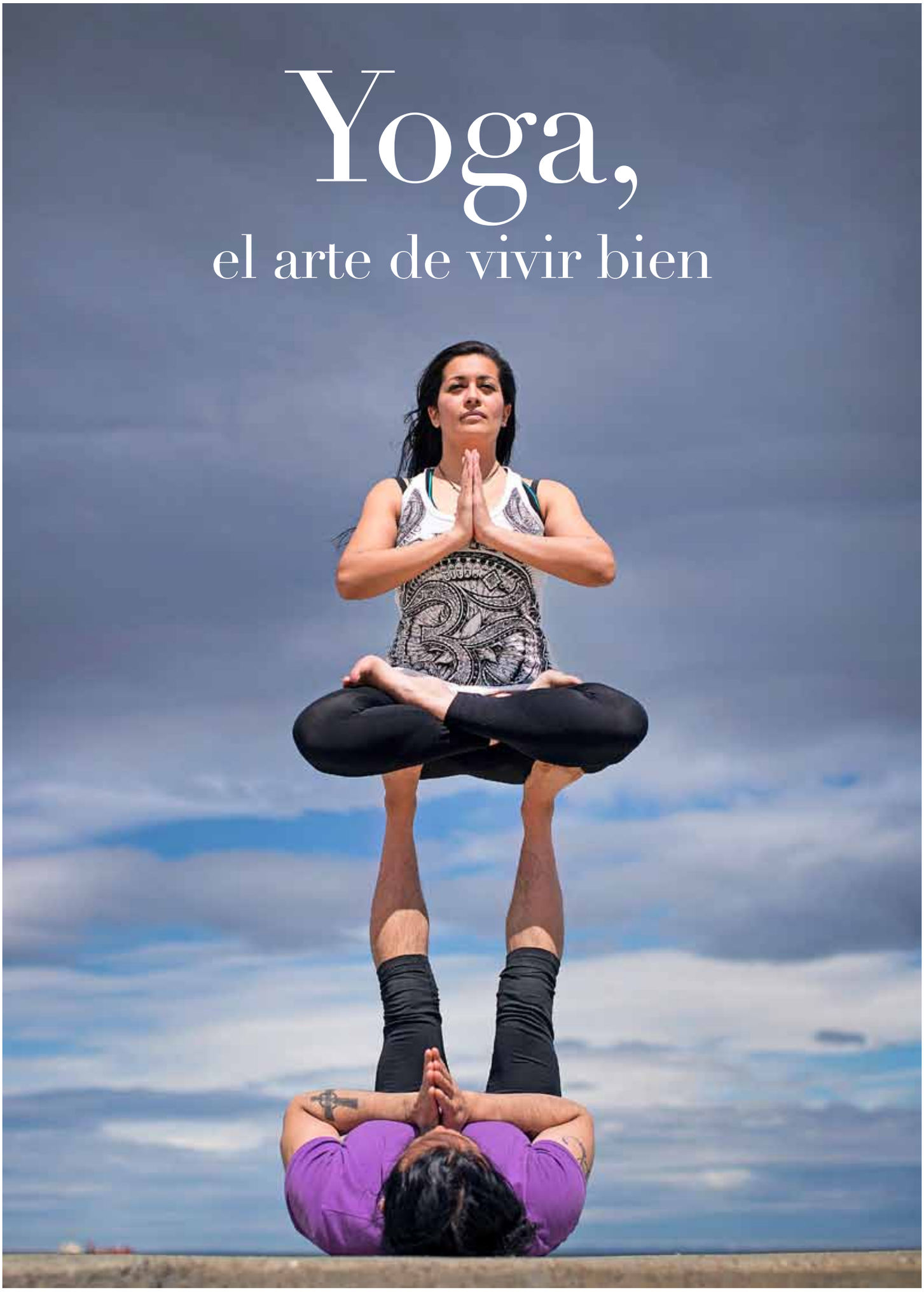
Su sólida formación profesional hace que su práctica diaria esté basada en la ética.

"Siempre me preocupo de informarles a todos mis pacientes qué es lo real que se puede lograr versus las expectativas que pueden traer. Quiero que salgan contentos, pero no los engaño. Les planteo las alternativas reales que existen para sus problemas. La gente puede pensar que arreglar algún defecto es algo rápido y que se solucionará en una semana. Pero, lo primero es que uno tiene que ser sincero. No saco nada con inventarle un gran cuento y decirle que tendrá una figura perfecta o una cara joven en pocos segundos si eso no va a pasar. A cada uno hay que explicarle qué es posible y qué no. Yo podría operar a mucha gente y acceder sin más a sus pedidos, pero eso hablaría mal de mí y, a la larga, sólo me generaría un mal nombre", sostiene.

Peluquería
Evano
¡Reinauguramos!
Un lugar especial para ti
- TINTURA
- CORTE DE PELO
- VISOS
- MECHAS
- PEINADOS PARA FIESTAS, MATRIMONIOS Y GALAS
- ALISADO PERMANENTE
Próximamente
- MANICURE Y PEDICURE
- ENCRESPADO DE PESTAÑAS
- DEPILACIÓN
SOLICITAR HORA AL 98371656
ENCUÉNTRANOS EN AV. ESPAÑA 583 - EVANOPELUQUERIA2010@HOTMAIL.CL
PARA LAS CONSULTAS WHATSAPP +56998371656 - FORMA DE PAGO TARJETAS DE CRÉDITO

vivevida
salud integral
Conoce nuestras
tres líneas de trabajo
Tratamiento de sobrepeso y obesidad para niños y adultos, donde están presentes profesionales del área de kinesiología, psicología y nutrición.
Terapias complementarias, donde trabajamos con flores de Bach, reflexoterapia, balance energético o alineación de chakras, terapias con mandalas y tarot terapéutico.
Línea de belleza y estética con masajes reductivos, reafirmantes, descontracturante, de relajación, drenaje linfático y spa manicure.
www.vivevida.cl - Facebook: centro vive vida salud integral
Tel.: 061 2 638971 - Cel.: 89296022 - 89891027

Yoga,
el arte de vivir bien



Beneficios para la mente:
- Desarrolla la intuición.
- Reduce el estrés.
- Agudiza el intelecto.
- Mejora la memoria.
- Aumenta la claridad mental.
- Aporta a la creatividad.

FOTOS ANDREA BARRÍA

ELIA SIMEONE R.
REVISTA@FEMPATAGONIA.CL

MÁS QUE UNA MODA, la práctica del yoga se ha extendido en Magallanes por los múltiples beneficios que reciben quienes lo practican.

Esta disciplina permite fortalecer la musculatura, pero, al mismo tiempo, aporta a la flexibilidad del cuerpo y a la reposición del tejido muscular.

La respiración yóguica oxigena de mejor manera el organismo, favoreciendo el trabajo del corazón y alimentando todo el sistema. A la vez, se refuerzan los mecanismos de defensa del organismo.

Quienes practican yoga van moldeando poco a poco su cuerpo, hasta lograr un desarrollo armónico y estético.

Pero, quizás los mayores beneficios para quienes se introducen en este verdadero arte milenario se ven reflejados en la mente. Poder liberarse del peso de la vida cotidiana, aprender a despegarse de las preocupaciones y mantener paz interior genera tal estado de bienestar que éste se ve reflejado en un rostro y ojos más luminosos.

El estrés es, hoy en día, uno de los mayores factores del deterioro de la salud física y mental, amén de provocar un envejecimiento precoz.

Aprender a meditar es todo un descubrimiento y requiere, para mentes occidentales, un gran esfuerzo inicial, pero, tras los primeros intentos, se obtiene de inmediato intangibles beneficios para el alma.

Beneficios para el cuerpo:
- Fortalece y revitaliza los órganos internos.
- Aumenta la flexibilidad.
- Fortalece los músculos y la estructura ósea.
- Mejora la digestión, la circulación y el sistema inmunológico.
- Corrección de la postura del cuerpo.
- Mejoría en las funciones neurológicas y endocrinas.

Pamela Vega es instructora de yoga prenatal del método Loknath, profesora de Hatha Yoga y actualmente está formándose como yogaterapeuta. Su estudio "Chandrashala" se ubica en el pasaje Juan Blanchard 248 en el Barrio Prat de Punta Arenas.

25 AÑOS

COLOCANDO IMPLANTES,
UN EQUIPO CON EXPERIENCIA,
TECNOLOGÍA DE PUNTA EN
EQUIPAMIENTO, EN IMPLANTES,
EN INJERTOS, EN CIRUGÍA
ULTRASÓNICA Y CON UN LÁSER
DENTAL DE 17 FUNCIONES.

CLÍNICA DE IMPLANTES ÓSEO-INTEGRADOS

Dr. Eduardo Lépori Díaz

CIRUJANO-DENTISTA - DIPLOMATE AMERICAN COLLEGE OF OSSEOINTEGRATION
ESPECIALISTA EN IMPLANTOLOGÍA - MIEMBRO SOCIEDAD DE IMPLANTOLOGÍA ORAL DE CHILE

Los implantes dentarios son el cambio de mayor importancia y el método más moderno que ha desarrollado la odontología desde sus inicios hasta nuestros días; resuelven la mayoría de los problemas relacionados con las prótesis removibles o ausencia de piezas dentarias; son de titanio, metal biocompatible, o sea son aceptados y se integran a los maxilares; su tasa de éxito está alrededor del 98% y las contraindicaciones son la excepción.

LOS IMPLANTES DENTARIOS:

- Mejoran la estética y la autoestima.
- Permiten hablar y expresarse mejor.
- Son mejores y más confortables que otros tipos de prótesis.
- Mejoran la salud bucal.
- Son de larga durabilidad.
- Actualmente se colocan con técnicas mínimamente invasivas.
- Equivalen a raíces artificiales, sirven para reemplazar un diente o todos.

CROACIA 799 –FONO 56-61-2242168-FAX 2223335
EMAIL: LSUIZO@HOTMAIL.COM CASILLA 524 PUNTA ARENAS-CHILE.

5 Prendas que Adelgazan

DIEGO MAC-LEAN DÍAZ
FASHION BLOGGER

EXISTEN VARIADAS formas de siluetas del cuerpo humano, por lo tanto es complicado hablar de prendas que le acomoden a todas, pero sin lugar a duda estas 5 piezas serán tus indispensables:

1. Vestido Midi Negro
Tiene muchas cualidades que son destacables; una de ellas es que no queda ninguna curva sin que sea destacada y además que su largo es muy sentador y femenino. Una recomendación sería preferirlo en negro, ya que este tono de por sí te resguarda y como muchos saben, te hace ver más delgada.

2. Jeans de Tiro Alto
El jeans en general muchas veces no es la prenda más sentadora, principalmente porque es difícil encontrar uno que quede a la perfección. Pero uno que complementará tu figura es uno de tiro alto ya que alargará tu figura, además de destacar una de las partes más femeninas del cuerpo, la cintura.

3. Chaqueta Larga sin Mangas
Conocida también como chaleco, una prenda que gracias a sus líneas alargadas y sencillas adelgazan tu figura de una forma fantástica y además disimulan todo lo que te haga sentir insegura.

4. Falda con Corte A
Si quieres verte más delgada esta es otra prenda favorecedora, ya que al igual que los jeans de tiro alto resaltan tu cintura, y ésta se destacará mucho más ya que la caída acampanada de esta falda hará que se vea más pequeña de lo que es.

5. Pantalón Hasta los Tobillos
Esta moda setentera será tu mejor amiga si quieres lucir una mejor figura, esta prenda tiene todo lo que necesitas ya que es de cintura alta, pierna recta y con corte hasta el tobillo lo que te alarga la silueta y te adelgaza.

Un jeans que complementará tu figura es uno de tiro alto ya que alargará tu figura, además de destacar una de las partes más femeninas del cuerpo, la cintura.

Lyra

la nueva disciplina que atrae a las magallánicas

ARMONÍA, FLEXIBILIDAD, fuerza y elegancia, todas ellas se unen para dar vida a la lyra o aro acrobático, que es una nueva disciplina que está cautivando a las magallánicas.

Junto con el pole fitness, las telas y el acroyoga, la lyra lleva años en el mundo circense y de él ha salido para masificarse y convertirse en una nueva opción en academias y gimnasios.

En Punta Arenas, ya son muchas las mujeres que pueden practicarla gracias a que la instructora Patricia Muñoz la incluyó en su academia, ubicada en Bories 970, segundo piso.

De hecho, Patricia Muñoz es la única instructora certificada en la zona y la tercera a nivel nacional. Destaca que practicar esta disciplina conlleva múltiples beneficios, desde tonificar el cuerpo y aumentar la masa muscular hasta elevar la autoestima.

"Su práctica permite desarrollar una figura armoniosa y todos pueden practicar lyra", señaló Patricia.

La lyra consiste en un trapecio de forma circular, que se cuelga y que permite a sus cultores realizar diversas acrobacias, usando la cabeza, brazos y piernas como ganchos o puntos de soporte. Aunque no es un requisito indispensable, algunos profesores recomiendan comenzar primero con otras disciplinas que permitan incrementar la fuerza de los brazos, como el yoga, acroyoga o pole dance.

Si bien tiene un grado de dificultad, la lyra puede comenzar a practicarse desde los siete años.

En la Academia de Pole Dance y Fitness Patricia Muñoz, actualmente hay ocho niñas y ocho mujeres adultas inscritas en el taller de lyra.

La lyra consiste en un trapecio de forma circular, que se cuelga y que permite a sus cultores realizar diversas acrobacias, usando la cabeza, brazos y piernas como ganchos o puntos de soporte. Aunque no es un requisito indispensable, algunos profesores recomiendan comenzar primero con otras disciplinas que permitan incrementar la fuerza de los brazos, como el yoga, acroyoga o pole dance.

Beneficios:
Desarrollo de la flexibilidad
Aumento de la fuerza física
Tonificación del cuerpo

En Punta Arenas, ya son muchas las mujeres que pueden practicarla gracias a que la instructora Patricia Muñoz la incluyó en su academia, ubicada en Bories 970, segundo piso.

Zanahoria y manzana, dos grandes aliadas para una piel joven y radiante

Viene el verano y suben las temperaturas, las ropas se hacen más ligeras y nuestra piel queda más descubierta, mostrando su belleza, pero también sus imperfecciones.

Para enfrentar de buena manera esta alegre etapa del año, los jugos naturales se presentan como grandes aliados para mantener una piel de aspecto joven y radiante. Y, entre las múltiples frutas y verduras, aparecen la zanahoria y la manzana como dos grandes aliadas a la hora de prevenir el envejecimiento. Aquí van algunas sugerencias sobre preparaciones que rápidamente podemos hacer en casa:

Sus acciones principales son:

- Acné
- Cálculo renal
- Cáncer
- Conjuntivitis
- Dermatitis
- Desintoxicación de la piel
- Diarrea
- Diurético
- Envejecimiento prematuro
- Gases
- Gota
- Tumores

Zanahoria

Rica en betacarotenos, la zanahoria ayuda a proteger nuestra piel y también nos favorece en el bronceado y combate el acné y previene el envejecimiento al contrarrestar a los radicales libres.

Modo de preparación:
Partir en trocitos tres zanahorias, agregar dos tazas de agua, licuar y colar.

Dosis:
Tomar una taza tres veces al día.

Envejecimiento prematuro:
Para potenciar sus propiedades nutraceúticas, el zumo de zanahoria puede mezclarse con otras frutas y verduras.
Presentamos dos cócteles contra el envejecimiento prematuro:

1.- Mezclar el jugo de zanahoria con melón, manzana y leche de soya.
2.- Mezclar la zanahoria con borojó, breva y avena.

Manzana

La manzana contiene ácido málico y ácido tartárico, y ambos ayudan a la eliminación natural de las células muertas de la piel provocando su regeneración.
Por ello, antes se usaba un ungüento de manzana para mantener la piel del rostro firme.
Tiene como principal principio activo el triptófano, que ayuda a formar endorfinas cerebrales y actúa en el cerebro produciendo sueño, tranquilizando y quitando la ansiedad de comer. Por lo mismo, ayuda a controlar los estados de tensión.
Para cáncer de estómago o de páncreas es bueno para encapsular tumores.
Los minerales presentes en esta fruta ayudan a proteger y fortificar la piel, las uñas y el pelo. Su alto contenido de antioxidantes protege contra el cáncer.

Sus acciones principales son:
- Ansiedad
- Antioxidante
- Cáncer
- Colesterol
- Demencia senil
- Depresión
- Desintoxicación del organismo
- Diabetes
- Diurético
- Estrés
- Gases
- Gota
- Hígado
- Insomnio
- Leucemia
- Tensión física y mental

Modo de preparación:
Mezclar cuatro manzanas en dos tazas de agua, licuar y endulzar a gusto

Dosis:
Tomar tres veces al día. Debe consumirse recién preparado.

Arrugas (patas de gallo):
Para prevenir y atenuar las arrugas del rostro, la manzana puede mezclarse con otras frutas. Aquí entregamos una receta para preparar dos mascarillas:

1.- Para las arrugas del contorno de ojos, mezclar cuatro cucharadas de manzana, cuatro cucharadas de aceite de oliva y cuatro cucharadas de mango. Unir bien, aplicar y dejar actuar durante diez minutos.

2.- Para combatir el envejecimiento prematuro, se pueden mezclar cuatro cucharadas de manzana, tres cucharadas de miel de abeja y tres cucharadas de palta. Todo se une bien, se aplica sobre el rostro y se deja actuar por treinta minutos.

BÄUER

Perfecta para este verano!

REDUCCIÓN DE UN **40%** DE LA GRASA LOCALIZADA por sesión. Resultados visibles después de 30 días. Así que empieza ***¡AHORA!***

La criolipólisis

ya está en Spa Bäuer, elimina las grasas localizadas de abdomen, laterales, espalda, muslos y glúteos

¡Con sólo una sesión se ven los resultados!

- Reduce el tejido adiposo, favorece la pérdida de peso y modela el contorno corporal.
- Ablanda el tejido adiposo duro.
- Fortalece y favorece la elasticidad de la piel.
- Congela las células adiposas favoreciendo la eliminación de grasa.
- Combate la celulitis.

PACK PROMOCIONAL:
- 3 sesiones de criolipólisis
- 8 sesiones ondas rusas drenaje
- 8 sesiones laserlipólisis diodo

$250.000

Atendido por kinesiólogas capacitadas en criolipólisis

A diferencia de otras técnicas evita que se vuelva a recuperar el volumen de grasa localizada en la zona tratada. La criolipólisis es una técnica no invasiva, indolora y que no requiere de anestesia.

FORMAS DE PAGO: Tarjetas de crédito y Presto - Cheques (pie, 30 y 60 días) - Convenio Armada hasta 6 cuotas sin interés

Visítanos en Calle Chiloé 936 - Fono 2244282

ME GUSTA
SPA BAUER

RELAX HOME

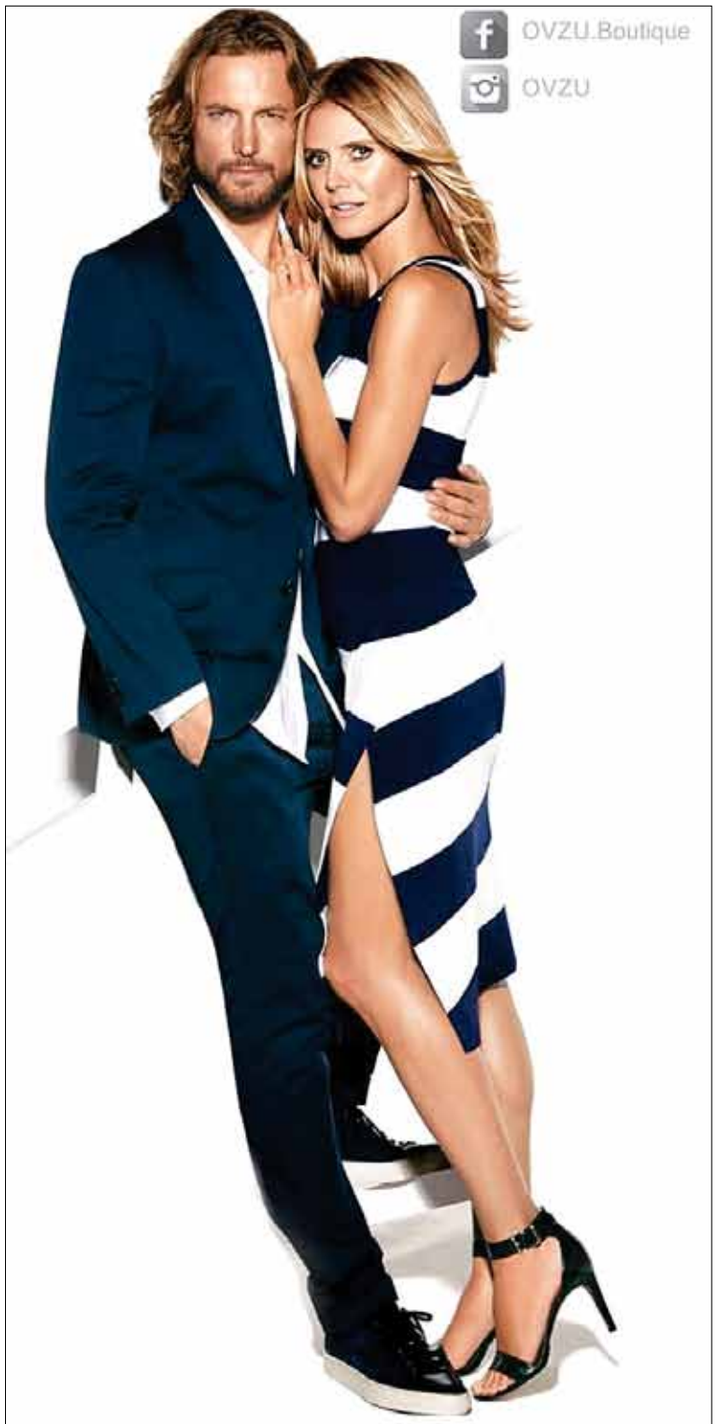
Spa, Estética y Masajes

Tratamiento del dolor a través de masaje

Ofrecemos servicios destinados al bienestar y el alivio del dolor a través de los masajes. Para ello, se han creado servicios especiales y complementarios para personas que padecen patologías crónicas como la fibromialgia, artrosis, artritis, colon irritable, várices, etc.

SERVICIOS • Masaje Relajación • Masaje Mixto • Masaje Descontracturante • Masaje Cérvico/Craneal Hindú • Piedras Calientes • Ventosas • Drenaje Linfático • Masaje para colon irritable y piernas cansadas. • Masajes Relajación en pareja • Limpiezas Faciales Profundas • Exfoliación de Cuerpo • Manicura • Depilación • Tratamientos Reductivos/Reafirmantes • Tratamientos Faciales de Lifting • Spa Infantil para Eventos y Cumpleaños • Servicios a Empresas y Domicilio.

Dirección:
Pasaje Ciscutti 327 Teléfono: 569-73995287
E-mail: contacto@relaxhome.cl Fan page: Relax Home
Web: www.relaxhome.cl



O V Z U
BOUTIQUE

ZARA - H&M - BNY'S - iO - ASH
CK - TOP SHOP - TOP MAN

PEDRO SARMIENTO DE GAMBOA Nº 856
PUNTA ARENAS

PIELES *PERFECTAS* Y LUMINOSAS

"LAS TENDENCIAS EN MAQUILLAJE primavera-verano 2016 son pieles perfectas y luminosas", nos comenta la maquilladora Génessis Jiménez, del Centro de Nutrición y Belleza Cristina Marnich.

Sigue el maquillaje natural en cuanto a la utilización de bases y rubores, por lo que es muy importante la correcta elección de una base para que se logre este objetivo. Los ojos se convierten en protagonistas con los famosos eyeliners o "cat-eye" (delineados pronunciados en forma de ojo de gato) que ya son bastante conocidos y aceptados dentro del maquillaje diario. Además del clásico color negro que ya conocemos, se vienen colores fuertes como el verde, azul y morado para este tipo de delineado.

Génessis nos indica que, en cuanto a los labios, tenemos dos tendencias bastante antagónicas: brillo nude y labios rojos. Labios naturales, casi desnudos con colores nude, rosa pálido, contra un look más atrevido con colores envinados y rojos.

¿Cómo disimular las molestas ojeras? Es una pregunta frecuente. Génessis nos instruye: Ya con la piel limpia e hidratada, aplicamos un corrector uno o dos tonos más claro que la base de maquillaje habitual, así se logrará camuflar lo oscuro bajo de los ojos.

"Si realmente tienes un caso extremo de ojeras, se recomienda, primero, colocar un corrector para iluminar y, luego, otro por encima de tono amarillo. En todos los casos, busca correctores en crema, cuya fórmula cremosa penetra de manera uniforme en la piel y no destaca las líneas de expresión de la zona. Al ver que ya tenemos cubiertas nuestras ojeras, nos daremos cuenta que tenemos que emparejar el color con el resto del rostro aplicando la base de maquillaje, que equilibrará los tonos y te hará ver perfecta. Y, por último aplicamos polvo translúcido para sellar todo el maquillaje, lo que hará que el efecto dure por más tiempo. Estos son los pasos básicos para lograr un camuflaje natural de tus ojeras", recomienda Génessis Jiménez.

Si quieres aprender a maquillarte y saber más sobre estas nuevas tendencias en el Centro de Nutrición y Belleza Cristina Marnich puedes tomar clases grupales o personalizadas de automaquillaje, estos servicios también se pueden regalar mediante una gifcard y hacer un regalo distinto.... Regalos que no se envuelven pero que son valiosos e inolvidables! Una idea genial para estas fiestas!

Dr.MauricioVargas Zec

CIRUJANO MAXILO FACIAL

Cirugía y Traumatología Bucal y Máxilo Facial
Plástica y Estética Facial
Implantes Óseointegrados

- Cirugía Bucal e implantes
- Botox®, Dysport® estético y terapéutico
- Ácido Hialurónico y bioplastía
- Plasma Rico en Plaquetas

mvargas@drmvargasz.cl

Consulta
Rómulo Correa 665
Teléfono (61) 2214010
Punta Arenas

Consulta
Blanco Encalada 941
Celular 77385727
Puerto Natales

Clínica Algarrobal Chicureo
Santa Emilia 201-203
Teléfonos (2) 28431941 (2) 28430476
Chicureo Santiago

¡Planifícate!

MAURICIO VARGAS,
CIRUJANO MÁXILO FACIAL
MVARGAS@DRMVARGASZ.CL

GENERALMENTE para lograr nuestros objetivos, solemos planificarlo todo. Con mayor motivo, las mujeres lo hacen. Ellas se esfuerzan para que todo salga a la perfección, lo que puede implicar grandes sacrificios, mientras desarrollan múltiples tareas, en el hogar, familia, trabajo, entorno social, etc.

En estos roles de la mujer es casi un requisito lucir saludable y con buena presencia, en un medio ambiente que además se encarga de exigirles más aún.

Y, ¿cuándo tendrás un tiempo para ti?: Lucir un rostro sano, natural y rejuvenecido es posible, si lo planificas con tiempo.

La idea de dejar eso para mañana nunca va a ser positiva, y por tanto hay que adoptar estas ideas como prioridades, puesto que, como nadie está exento a envejecer, se puede programar lo que esté en alcance para prepararse en un proceso armonioso, digno, anticipándose a los efectos de la edad con resultados naturales y muy estéticos, con los cuales y en el transcurso de los años, van requiriendo cada vez de menos procedimientos.

Si lo planificas adecuadamente con tu especialista, serán mucho más fáciles los procedimientos a efectuar, los medicamentos a utilizar, el tiempo a disponer. Con ello nos pondremos al resguardo de los efectos de los años y de otros particulares en Magallanes, como son la radiación solar, el viento, la calefacción, la alimentación, la falta de luz en invierno.

¿Cuáles son estos tratamientos faciales? Entre otros, los más frecuentes y recurrentes son:

- Toxina Botulínica – Dysport/ Botox
- Hilos Revitalizantes y Tensores
- Ácido Hialurónico
- Plasma Rico en Plaquetas
- Mesoterapia Facial
- Bioplastías y Lifting Facial Líquido.

Con este arsenal terapéutico puede diseñarse un tratamiento a partir de estudiar a cada paciente, teniendo en cuenta sus particularidades, su edad, su género, su estado general.

Un aspecto clave es el adecuado y profundo conocimiento anatómico y fisiológico, para poder efectuar el adecuado diagnóstico y elaborar el tratamiento que se planifique, para devolver el volumen de la cara, de los pómulos, para terminar con la flaccidez de las mejillas y las bolsas que cuelgan, para corregir el hecho que el labial se corre, para evitar y disminuir arrugas y surcos, entre otros daños producidos por la edad.

Si lo planificas adecuadamente con tu especialista, serán mucho más fáciles los procedimientos a efectuar, los medicamentos a utilizar, el tiempo a disponer. Con ello nos pondremos al resguardo de los efectos de los años y de otros particulares en Magallanes, como son la radiación solar, el viento, la calefacción, la alimentación, la falta de luz en invierno.

Cada vez tenemos nuevas terapias para lograr los resultados buscados. En especial porque actualmente sabemos que esto no está restringido a las personas de mayor edad, puesto que las consultas y algunos de los procedimientos mencionados comienzan temprano, incluso en la 2ª década de vida.

Laura Bacigalupo, moda y tendencia en peluquería

El arte DE EMBELLECER EL CABELLO

ANALÍA VÁZQUEZ
REVISTA@FEMPATAGONIA.CL

EL TALENTO Y EXPERTISE de un estilista cobra cada vez más protagonismo en el mundo de la moda y la belleza. Grandes marcas como L´oreal, Kerastase y Wella, entre otras, convocan a los mejores coiffeur y reconocidos diseñadores para mostrar su arte de la cabeza a los pies. Así las tendencias en color, cortes de pelo y peinado se lucen junto a increíbles vestidos en majestuosos desfiles con un objetivo primordial: dejar en claro que, desde el punto de vista estético, la primera impresión es la que cuenta.

Lejos de las pasarelas, en la vida cotidiana muchas mujeres van recorriendo distintos centros de belleza hasta encontrar al profesional indicado que sepa interpretar sus facciones para dar con el corte justo o el color adecuado al tono de piel, color de ojos y personalidad.

Ese fue el camino que inició la estilista Laura Bacigalupo, en el año 1998, en una importante academia de Buenos Aires, obteniendo luego, innumerables diplomas en los laboratorios de las grandes marcas. Nunca imaginó que el destino la traería a Punta Arenas y mucho menos atender a mujeres chilenas y de distintos países quienes, más allá de las diferencias culturales o de estilos, se van de su salón sintiéndose renovadas, con un corte de moda o el color que tanto habían soñado siempre hecho a su medida.

"La cara de una persona te indica qué corte o qué peinado queda mejor, o qué color va bien de acuerdo a la pigmentación de su cabello", dice Laura. Es la mañana de un día viernes y sólo quedan dos horas para que su peluquería

FOTOS NICOLÁS ULLOA

ubicada en la calle José Menéndez 584 abra sus puertas. La agenda con todos los turnos tomados indica que el cierre será cuando ya se haga la noche, a pesar del horario de verano.

Su llegada a la ciudad hace tan sólo tres años tuvo que ver con el proyecto familiar de acompañar a su marido, a quien habían trasladado por trabajo en una empresa petrolera. Sin embargo, lejos de quedarse en una actitud pasiva, Laura comenzó a trabajar primero desde su casa, logrando hacerse de unas cincuenta clientas, que se pasaban el dato de boca en boca. Luego le tocó ser el sostén de la familia, ya que por cuestiones fluctuantes del mercado a su marido lo desvincularon del trabajo y ella quedó a cargo de los ingresos más fuertes. Podrían haber decidido volver a Argentina, pero la apuesta fue otra: emprender en Punta Arenas.

Así nació Alquimia Peluquería, un espacio boutique muy acogedor, que reúne además una línea de accesorios, zapatos y carteras. Es la chilena Jessica Paola Risso Rocco, oriunda de Santiago, dibujante e ilustradora, quien está a cargo del diseño de las prendas y una línea muy original de indumentaria para niñas coquetas. Bordados hechos a mano, materiales en cuero genuino y zapatos conviven en un vestidor para que quien espera su turno pueda deleitarse probándose o eligiendo la prenda que más le gusta.

"Muchas veces vienen las clientas con la petición de un corte de pelo o un color que vieron en la imagen de alguna revista y acá logramos tener el tono exacto siempre y cuando vaya con su tono de piel y pigmentación, la idea es que se vean lindas y que estén felices con el cambio", advierte Laura.

Pero, sin dudas, el sello de Laura Bacigalupo es ese sentido estético que, junto a una excelente técnica profesional, logra identificar el estilo adecuado para modelar el cabello de cada mujer. "Muchas veces vienen las clientas con la petición de un corte de pelo o un color que vieron en la imagen de alguna revista y acá logramos tener el tono exacto siempre y cuando vaya con su tono de piel y pigmentación, la idea es que se vean lindas y que estén felices con el cambio", advierte Laura.

La sala de lavado del cabello es diferente a la de cualquier otra peluquería, ya que promete no sólo un masaje revitalizante, sino un momento de relax y meditación. La decoración al mejor estilo Feng Shui con toques personales y una fuente de agua que deja correr el sonido de un cántaro, hacen de la estadía un momento ideal para disfrutar.

Promociones

Durante todo el mes de diciembre hay promociones imperdibles, que pueden ser un muy buen obsequio para las fiestas:

Color y bótox: $ 34.000
Bótox y corte: $ 22.000
Color y peinado: $ 20.000
Hidratación y peinado: $ 10.000

Además consumiendo más de $ 50.000 en Alquimia Peluquería, accesorios o boutique las clientas se llevan de regalo una Gift Card válida por un lavado hidratación, corte y peinado o bótox.

DRA. FERNANDA DEICHLER

CIRUGÍA PLÁSTICA, ESTÉTICA & RECONSTRUCTIVA

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CHILE
SOCIEDAD CHILENA DE CIRUGÍA PLÁSTICA

- Bótox - Ácido hialurónico
- Blefaroplastía
- Lifting cervicofacial
- Mamoplastía de aumento
- Reducción mamaria
- Mastopexia
- Liposucción
- Abdominoplastía
- Otoplastía
- Cicatrices
- Reconstrucción mamaria post cáncer o alteraciones del desarrollo
- Reconstrucción tronco y extremidades
- Quemados adultos y niños

Centro Médico El Bosque
Av. España 01720 Punta Arenas
Cel.: +569 4285 6123
Telf.: +612 212 975 +612 212 952

Web: www.doctorad.cl
www.drad.cl
Mail: contacto@doctorad.cl
contacto@drad.cl

EQUISELE

SEGURO HAY ALGO PARA TI

Modela tu figura con bodies, ropa interior y calzas de microfibra

RECUERDA

¡ESTE SÁBADO 12
ATENDEMOS EN LA TARDE DE 15:30 A 20:00 HRS.!

Tejidos con compresión en diferentes zonas para contener en forma específica ciertas partes del cuerpo.

NANOPARTÍCULAS DE PLATA ANTIBACTERIAL

ERRÁZURIZ 873 - Fono 2240984

Horario atención:
Lunes a Viernes de 9:30 a 13:00 y de 15:00 a 19:30
Sábado de 10:30 a 13:30.

Centro de Nutrición y Belleza
Cristina Marnich

En Nuestro Centro nos preocupamos de entregar no sólo un servicio, sino una experiencia en un espacio amplio, cómodo, con un cálido ambiente y lleno de energías positivas donde te sentirás especial.

App Cristina Marnich

Ahora, tu centro de Nutrición y Belleza en tus manos

Descargue la App y conozca quiénes somos, todos nuestros servicios y en qué consisten, nuestra tienda la Zebra Estilosa con información de todos nuestros productos, nuestras Gift Card con descripción y valores, promociones, contacto y más.

Disponible en su móvil o tablet

Disponible en el App Store

Disponible en Google play

Maquillaje de Novia

Si eres la madre, hermana, cuñada, suegra o amiga de esa Novia tan especial, regálale una Gift Card con este genial servicio de maquillaje profesional de Novia.

** Obtén un descuento por maquillaje grupal de: Novia, Madre, Hermana, Madrina, etc.*

Maquilladora

Génessis Jiménez

Maquillaje Social - Maquillaje de Novias - Maquillaje de graduación
Maquillaje de Editorial - Hd - Maquillaje hombre - Manicure

Cursos de Automaquillaje Grupal y Personalizado
Pregunta por proximas fechas

JOHANNA NAVARRO / Cosmetóloga

Algunos de nuestros servicios se trabajan con la marca exclusiva

GERMAINE DE CAPUCCINI

CLAUDIA ALARCÓN / Esteticista

Johanna Navarro

- Limpieza facial básica / Profunda /
- Radiofrecuencia
- Oxigenesis
- Ondulación de pestañas
- Depilación con cera tradicional y roll on
- Masaje relajante con caracolas Filipinas y piedras de sal del Himalaya
- Drenaje

Claudia Alarcón

- Masaje Hawaiano Lomi - Lomi - Nui
- Depilación con cera tradicional y roll on
- Masajes reductivos - reafirmantes
- Masaje relajante con caracolas Filipinas y piedras de sal del Himalaya
- Masaje e hidratación full corporal
- Drenaje

Karim Marnich
Joyas

Orfebre

Sorprende a esta persona especial con una Joya exclusiva

Joyas que se manifiestan en su taller desde 1987.
Algunas de sus piezas encuentran inspiración en distintas culturas originarias de nuestro país. Diseños creados con piedras naturales como cuarzos, lapislázuli, piedras semipreciosas y perlas. También trae una línea con hermosos diseños fabricada en plata fina italiana ley 925 y circones.

Las Joyas de esta Orfebre Chilena, las encuentras a la venta en Nuestro Centro.

Dieta flash, un menú para los siete días

Esta dieta permite perder, en promedio, un kilo por semana, entregando todos los nutrientes que el cuerpo requiere para adaptarse a este proceso en forma sana.

Lunes
Desayuno: café con leche de soja y dos rebanadas de pan integral con miel.
Colación: dos frutas de temporada.
Almuerzo: un puré de verduras con 2 rebanadas de pan integral y una ensalada aderezada con una cucharada de aceite de oliva virgen extra.
Colación: 1 manzana.
Cena: pescado magro al horno con patatas y ensalada.

Martes
Desayuno: café con leche de soja y dos rebanadas de pan integral con miel.
Colación: un yogur bajo en grasa.
Almuerzo: ensalada de pasta integral con tomate, mozzarella y un chorrito de aceite de oliva.
Colación: una pieza de fruta.
Cena: una pechuga de pavo acompañado por tomates y zanahorias.

Miércoles
Desayuno: café con leche de soja y dos rebanadas de pan integral con miel.
Colación: ensalada de frutas.
Almuerzo: ensalada de arroz con gambas y calabacín.
Colación: yogur bajo en grasa normal
Cena: pescado a la parrilla sazonado con especias y limón acompañado de una ensalada mixta con tomates cherry, maíz, zanahorias y mozzarella.

Jueves
Desayuno: café con leche de soja y dos rebanadas de pan integral con miel.
Colación: un plátano.
Almuerzo: pasta con tomate y albahaca con una ensalada verde.
Colación: fruta mezclada.
Cena: Pechuga de pollo a la parrilla con patatas cocidas.

Viernes
Desayuno: una taza de té verde con dos rebanadas de pan integral con miel.
Colación: 1 manzana
Almuerzo: crema de verduras con pan integral tostado-
Colación: una pera
Cena: pez espada aliñado con un poco de limón acompañado de patatas hervidas aliñadas con aceite de oliva y orégano.

Sábado
Desayuno: café con leche de soja y dos rebanadas de pan integral con miel.
Colación: yogur blanco.
Almuerzo: risotto con espárragos y ensalada verde.
Colación: una manzana.
Cena: ternera con ensalada verde con zanahorias y tomates cherry.

Domingo
Desayuno: café con leche de soja y dos rebanadas de pan integral con miel.
Colación: ensalada de frutas.
Almuerzo: risotto de setas con zanahorias hervidas.
Colación: yogur blanco.
Cena: bacalao con puré de patatas y ensalada con tomates.

Rústica

UN NUEVO CONCEPTO EN SALONES DE BELLEZA

ESPECIALISTAS CON LAS ÚLTIMAS TENDENCIAS DE CORTES, PEINADOS Y COLORACIÓN.

SERVICIO DE BARBERÍA, ADEMÁS DE UNA COMPLETA ASESORÍA EN SERVICIO DE NOVIAS, ENTREGANDO RESULTADOS VANGUARDISTAS, URBANOS Y ACTUALES.
TAMBIÉN CONTAMOS CON NUESTRO SERVICIO DE MAQUILLAJE, SOLÁRIUM Y EMBELLECIMIENTO DE MANOS.

DIRECCIÓN: MAGALLANES 352

ATENCIÓN SOLO CON HORAS. RESERVAS AL 2322129