



BELLEZA PELO

# EL PELO MÁS REJUVENECEDOR

## TONOS, TRATAMIENTOS Y TRUCOS

Los mejores especialistas en coloración nos revelan cómo cuidar el cabello para restarle años y las claves para acertar con el tono que nos favorece más. La indispensable: aportar luminosidad para suavizar los rasgos. Descubre las 16 restantes

M.ª TERESA ALCALDE, farmacéutica. ELENA RECIO, periodista especializada en belleza profesional



# 01

## EL BRILLO, FUNDAMENTAL

El pelo apagado envejece el look. Por eso, si todavía te quedan unos días para volver a reavivar el color de tu cabello en la peluquería, puedes darle un toque de brillo al finalizar el peinado. Usa un par de gotas de aceite capilar (frótalo primero entre las manos y aplícalo de medios a puntas) o aplica un spray de brillo. La melena se verá revitalizada, con un efecto muy saludable.

# 02

## LA PIEL IMPORTA A LA HORA DE ELEGIR

Para escoger un color de cabello favorecedor conviene tener en cuenta el tono y el subtono del rostro. El tono es fácil de identificar: claro, medio u oscuro. Respecto al subtono, nos ayuda mirar las venas de las muñecas. Si son verdosas, el subtono es cálido; y si son azules, frío. Según Álex Sestelo, director del salón que lleva su nombre en Madrid, estas serían las opciones de coloración de cabello más acertadas:

- **Piel clara con subtono frío.** Los rubios platino o ceniza, no más de 2 o 3 tonos por debajo del propio color natural.
- **Clara con subtono cálido.** Los tonos cobrizos, dorados o miel. También los rubios cálidos y tonos beige son apuestas seguras.
- **Piel media con subtono frío.** Le quedan muy bien los castaños con reflejos champagne; y a las rubias, los tonos ceniza.

• **Media con subtono cálido.** Le quitarán años los tonos avellana, cobrizos o caobas.

• **Piel oscura con subtono frío.** Lo más adecuado sería preservar el tono base y jugar con reflejos caoba o marrón oscuro.

• **Oscura con subtono cálido.** Los tonos más favorecedores son los avellana, rojizos, cobrizos, miel o caramelo.

# 03

## RESPECTAR Y NO DAÑAR EL CABELLO

En los salones se usan cada vez más productos libres de amoníaco, como la coloración al óleo, para no perjudicar la fibra capilar o irritar el cuero cabelludo. Con aceites naturales en su composición, esta logra un color muy natural, nutre e hidrata el cabello.

• **Los barro.** Es otra de las fórmulas que respetan la fibra capilar. Se usa una mezcla de minerales y extractos de plantas. Ideal para quienes no tengan muchas canas, porque las cubre y aporta mucho brillo. Los tonos van desde el rubio dorado al cobre, pasando por marrones cálidos.

# 04

## COBRES CÁLDIDOS Y LUMINOSOS

Siguen triunfando en su versión más suave por aportar un look vitalista y rejuvenecedor.

• **Ginger red.** Es uno de los tonos cálidos de tendencia esta primavera-verano que favorece, sobre todo, a las pieles más bronceadas. El efecto de la base cobriza iluminada con matices dorados realza, además, los ojos claros.



FOTO: C. MARSELLÉS

Bruma para el cabello de **Rare Beauty**, 34,99€. Fluido fortificante día y noche **Bond Pro** de **Goldwell**, 22,95€. Acondicionador reparador de **Kerasilk**, 35,99€. Spray protector del color (se comercializa junto a la mascarilla restauradora) de **La Biosthetique**, 71,50€.



BELLEZA. PELO

# 05

## REALZAR EL BRONCEADO

Una piel demasiado morena suma edad. Pero si has conseguido un bonito y sutil tono dorado y quieres potenciarlo, los colores de cabello que te ayudarán y rejuvenecerán son los rubios cálidos y los tonos avellana, miel o caramelo. De hecho, cualquier color natural que aporte un brillo saludable, con unos reflejos imperceptibles alrededor del rostro. El objetivo es suavizar las líneas de expresión, dar sensación de movimiento al cabello y huir del monocolor porque queda muy plano.



Cate Blanchett, champagne con reflejos dorados.



Helen Mirren, rubio nórdico degradado.

# 06

## LAS MECHAS REJUVENECEN

Y lo hacen porque, según Oriol Barberà, fundador del salón de peluquería NU en Barcelona, "añaden vitalidad y dimensión al cabello". Estas son las infalibles:

- **Balayage.** Las mechas se aplican de mitad del cabello hasta las puntas generando un efecto degradado natural o de "barrido", como indica su nombre.
- **Babylights.** A diferencia de las balayage, los reflejos se reparten por toda la melena aportando una tonalidad algo más clara al cabello. El efecto es sutil e imita la luz que proporciona el sol.
- **Ombé.** Manteniendo la parte más oscura en las raíces, hay una transición gradual de color hasta las puntas que aporta más profundidad al cabello.



Julia Roberts, castaño moca.



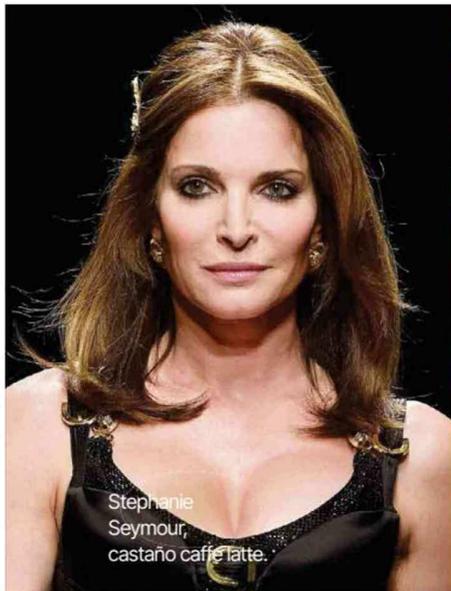
Jennifer Aniston, rubio dorado con babylights.

# 07

## PROTECCIÓN, SIEMPRE

Aunque la coloración sea natural, se recomienda usar siempre acondicionador tras el champú y, una vez a la semana, una mascarilla nutritiva. Sin olvidarnos de aplicar productos térmicos antes de someter el pelo a altas temperaturas (secador, planchas) y protectores capilares cuando tomamos el sol. En este caso se debería usar un spray con FPS antes de salir a la calle.





Stephanie Seymour, castaño caffè latte.



Elle Macpherson, rubio con mechas balayage.



Mascarilla Purificante Raíces de Yves Rocher, 3,95€. Spray Reparador Hidratante de Kerasilk, 27,99€. Spray antifriz Dream Coat Color de WOW, en Sephora, 50€. Concentrado calmante para el cuero cabelludo Astera Fresh de René Furterer, 41,90€.

FOTO: C. MARSELLÉS

## 08

### MORENOS SUAVIZADOS

A partir de los 40, los tonos negros endurecen los rasgos y suman años. Cuando la base del pelo es muy oscura se recomienda hacer reflejos sutiles en tonos caramelo o caoba, que aportan dimensión y brillo al cabello.

• **Warm chocolate.** Es una de las coloraciones de moda para el pelo oscuro. Sus matices cálidos se adaptan a cualquier tipo de piel.

## 09

### TONOS CAFÉ PARA LAS CASTAÑAS

Todos los expertos en peluquería coinciden en que este verano triunfarán las tendencias discretas que consiguen crear looks elegantes y sofisticados. Para las mujeres de pelo castaño, el peluquero y experto colorista Jorge Garay destaca "dos colores inspirados en el café":

• **Caffe latte.** Imita el tono del café con leche. Presenta matices castaños sutiles y cálidos. Para que el resultado sea natural es imprescindible mantenerse lo más cerca posible del tono base.

• **Mocha, moca o moka.** Más intenso que el tono caffè latte, es un castaño oscuro combinado con reflejos cálidos en tonos chocolate o caramelo. Esta opción es perfecta para las que tienen melenas morenas.

## 10

### LA ENZIMOTERAPIA

Es un alisado orgánico libre de formol que devuelve el espesor y el brillo a la melena. Usa enzimas de frutas, ácido tánico, aceites y aminoácidos para domar y alisar el pelo de forma duradera (de 4 a 6 meses). La diferencia con los tratamientos con queratina es que, mientras esta última crea un recubrimiento del cabello, en el caso de la enzimoterapia proporciona un relleno que permanece en el interior del pelo, dando sensación de grosor. El ácido tánico se activa con calor y se funde con la queratina del cabello, proporcionando suavidad.

• **Para quién.** Beneficia a los cabellos finos (ganan volumen) y a las personas que no quieren una melena "efecto tabla", sino un alisado suave. Desde 300€. Más inf.: [maisoneduardosanchez.com](http://maisoneduardosanchez.com)



BELLEZA. PELO

Sharon Stone,  
mechas ombré.



## 11 MÁS LUMINOSIDAD

Las tonalidades algo más claras que la base natural favorecen mucho. La clave está en iluminar sobre todo el contorno facial para suavizar las facciones. Una de las técnicas más utilizadas son las mechas. Estas deben ser sutiles para que el efecto resulte rejuvenecedor. Las mechas muy anchas y en bloque, sin difuminar, marcan demasiado, no se integran con el resto del cabello y crean un efecto muy artificial.

## 12

### ACERTAR CON EL RUBIO

Según Leonie Ollacarizqueta, formadora técnica de Kin Cosmetics, "a todas las personas no les favorece el mismo rubio". Por ejemplo, a los tonos de piel muy cálidos no les quedan bien los rubios muy claros, porque pueden apagar su rostro o hacer que se vea amarillento. En este caso es mejor decantarse por los rubios dorados, el crème brûlée o el tono champagne. Sin embargo, a las pieles muy claras les quedan muy bien los rubios nórdicos, más cercanos al blanco que al rubio, o los platino.

## 13

### ¿QUIERES ALISARTE LA MELENA?

Quienes quieran hacerse un alisado extremo con productos químicos deberían tener en cuenta que "este tipo de tratamiento puede alterar el color de un cabello teñido por la reacción de los ingredientes usados en ambos procesos", advierte el peluquero Jorge Garay. Además, se puede debilitar y poner en riesgo la integridad de la fibra capilar. Por ejemplo, un cabello ondulado puede acabar perdiendo para siempre su rizo natural. Lo mejor es preguntar siempre antes a tu peluquero para que te aconseje el tratamiento menos agresivo. Una buena opción es el alisado con ácido hialurónico, que hidrata en profundidad el pelo y dura de dos a tres meses.