

Sonrisa 'teenager',
barba recortada,
mirada sin bolsas ni
arrugas, mandíbula
marcada, manos
sin manchas
y cuerpo fibroso y
definido, pero sin
exagerar. Estos son los
mantras del
nuevo hombre.

Texto: AMOR SÁEZ

MANUAL BEAUTY *para ellos*

1 SONRISA exprés

“Las señas de identidad de una sonrisa joven, como la de Ryan Reynolds, son su blancura, unos incisivos centrales más largos con respecto a los laterales y un perfil de la sonrisa suave y curvilíneo”, explica Dori Sánchez, directora de la Clínica Rosales. Para conseguirlo, el rejuvenecimiento dental combina un blanqueamiento realizado con geles de peróxido de carbamida que se activan con una luz fría, combinado con un contorneado estético, que consiste en pulir el borde de los incisivos con una fresa dental de grano muy fino (desde 800 €, en Clínica Rosales, Madrid, clinicarosales.com). Cuando los dientes están apiñados y es necesario recurrir a ortodoncia, los alineadores transparentes *Invisalign* junto con dispositivos como *AcceleDent*, que emiten microimpulsos sobre las férulas durante veinte minutos diarios, aceleran la corrección un 50% (desde 700 €, en Iván Malagón, en Madrid, ivanmalagonclinic.com).



Cepillo eléctrico Oral-B Genius, con tecnología bluetooth, 280 €.

Anticaries Salt Toothpaste, con sal marina, de Weleda, 6,50 €.

Blanqueadora All in One Snowmint, repara el esmalte, de Yotuel, 14,20 €.

2 ¿BOLSAS, yo?

“La grasa que se acumula bajo el párpado envejece la mirada y es una verdadera preocupación para los hombres entre los 35 y los 60 años”, según el cirujano plástico Juan Peñas. Para eliminarlas, la blefaroplastia transconjuntival consiste en retirarlas a través de unas incisiones mínimas en el interior del ojo. Se realiza con anestesia local, sin necesidad de ingreso (desde 3.000 €, en Juan Peñas, drjuanpenas.com). Y para obtener un efecto relajado y buena cara inmediatos, las inyecciones de bótox paralizan las arrugas de expresión de frente, entrecejo y patas de gallo. El efecto dura cuatro meses (desde 400 €, en Óscar Junco, en Barcelona, drjunco.com).

EL DATO
Hasta un **16,5%** de los hombres se quitan las bolsas de grasa



Bye bye, HÍPSTER

La barba que tanto ha dado que hablar el último año, larga y aparentemente desaliñada abre paso ahora a una más elegante, corta y cuidada, de algo más de tres días, y de un estilo informal, pero arreglado. Para mantenerla, “hay que usar un jabón natural sin agentes abrasivos como el alcohol o el aceite de palma, aplicar aceites esenciales como el de argán y el de árbol de té para mantener el pelo hidratado, desenredado y brillante; secarla con aire frío y peinarla con un cepillo de esqueleto para no romper el pelo”, aconseja Ismael Tudela, de la Barbería de Santo Domingo. Además, se debe perfumar con ceras que contengan limón o lima para neutralizar los malos olores. Y cada tres o cuatro semanas ir al barbero para darle forma (desde 23 €, en Madrid, lucasm36.com, y Oviedo, labarberiadasantodomingo).

Suavizante Fluide Barbe Douce, sin alcohol, de Sephora, 12,90 €.

Brocha tipo barbero, con pelo natural, de Beter, 10,25 €.



Kit barba y bigote, tijeras y peine Gear, de Tweezerman, 20,95 €.