

Manos que envidiar

Paso a paso realizado por:

CLAUDIA VALLI

International Nail Stylist

www.claudiavalli.com

Información sobre cursos de Claudia Valli en España:

Chelo Soler - 963 821 616 (chelosoler@live.com)

Existen una gran variedad de técnicas para lograr unas manos preciosas para el día de la boda, desde cuidados naturales en casa hasta diseños de uñas originales y personalizados para lucir unas manos únicas.

Las manos, eternas sufridoras, están en contacto con innumerables agentes que se encargan de deteriorarlas, no sólo a ellas, sino también a las uñas. Por eso es importante que, para garantizar una apariencia bonita y saludable, realicemos un cuidado diario.

Muchas novias se pueden encontrar que, por razones externas como la temperatura o los productos que manipulamos, así como internas por cuestiones de salud o alimentación, tienen una piel seca, envejecida o deshidratada. También pueden ver que sus uñas están agrietadas, delgadas y que se rompen con facilidad. Todo esto hace que sus manos presenten un aspecto dejado y poco sano que debería mejorarse antes de la boda.

Aunque muchas mujeres lo desconozcan, es perfectamente posible mejorar el aspecto de manos y uñas mediante un buen plan de ejercicios, destinado a incrementar el flujo sanguíneo que va a las zonas de crecimiento de las uñas. Además, una buena dieta proporciona nutrientes a las uñas, como también vitaminas A, B, C, D y E y minerales como el zinc y el magnesio, que aumentan su fuerza. Al protegerlas de los agentes químicos y de los líquidos para la limpieza se mantiene su brillo y un buen corte de vez en cuando conserva su forma e impide que se partan o se degraden.

Si con esto no basta, siempre se puede recurrir a tratamientos específicos, muchos de los cuales no sólo están destinados a darles un aspecto

bien cuidado a las uñas, sino que contienen ingredientes con el objetivo de producir un gran bienestar, estimular y beneficiar tanto éstas como los tejidos, los músculos y los huesos más profundos de la piel de la mano. Asimismo, también hay muchos cuidados sencillos que se pueden aplicar perfectamente en casa como:

■ **Mascarilla para manos:** mezcla una taza tamaño de café de suero de leche con un vasito pequeño de infusión de manzanilla y de tila a partes iguales. Sumerge las manos en la mezcla durante diez minutos. Acláralas, sécalas y aplica una buena dosis de crema de manos.

■ **Fortalecedor de uñas de aceite de ricino:** el aceite de ricino mantiene las uñas nutridas, más flexible y, por lo tanto, más difíciles de romper. Calienta la cantidad suficiente de aceite como para sumergir en él las uñas limpias. Mantenlas dentro del preparado durante al menos diez minutos, dos veces por semana y masajea cada uña con una gotita de aceite todas las noches antes de acostarte.

■ **Mascarilla de aceite de oliva:** sumerge tus manos diez minutos en aceite de oliva templado y rebajado con un poquito de azúcar y unas gotas de limón. Puedes, también, repartir la mezcla por las manos, y colocar unos guantes de plástico durante 10 minutos. Tras retirarla, aplícale una buena dosis de tu crema de manos habitual.

■ **Mascarilla de manzana:** Pon a macerar durante 24 horas una

manzana verde, previamente pelada y partida, en un recipiente que contenga un vaso de agua de rosas. Al día siguiente hierve la mezcla hasta que la manzana esté cocida. Aplástala como si fueras a hacer puré y añádele harina de avena integral hasta que consigas una pasta lo suficientemente espesa como para poder aplicártela en las manos sin que chorree. Ponte unos guantes de plástico y espera 15 minutos. Aclara con agua fresca y ponte tu crema habitual.

DECORACIÓN DE UÑAS PARA LA BODA

No obstante, la preocupación de la mayoría de mujeres va más allá de cuidar sus uñas para que cumplan sus funciones. No tiene nada de malo añadir un poco de dinamismo a la vida con algún estupendo tratamiento con un acabado de colores vibrantes. Hay que abandonar lo común y atreverse con lo maravilloso.

Un argumento que podría aplicarse perfectamente en ocasiones tan especiales como una boda. La mayoría de novias recurren a la manicura francesa para presentar unas manos impecables, una técnica que se ha practicado durante generaciones y que sigue siendo enormemente popular. Pero, aunque este tipo de manicura ofrece unas uñas con aspecto natural y muy cuidado, éste no deja de ser un resultado muy sobrio y común. Nosotros os proponemos un acabado más arriesgado para garantizar unas uñas espectaculares y únicas acordes con el vestido de novia:



1. Cubriremos la uña con polvo acrílico de color rosa para proceder al alargamiento del lecho de la misma.



2. Aplicaremos fragmentos de nácar colorado, previamente mezclados unos con otros. Para un diseño fino y elegante para la novia, optaremos por colores como crema, rosa claro y un poco de fucsia. Lo aplicaremos directamente sobre el extremo libre utilizando acrílico transparente, trabajando de esta forma sobre un lugar “mojado”.



3. También aplicaremos de manera desigual piedrecitas *strass*, entre un fragmento de nácar y otro, con el fin de reactivar los puntos de luz.



4. Cubriremos la superficie de la uña entera con polvo acrílico transparente y procederemos al pinching para dar forma a la uña.



5. Perfeccionaremos y puliremos toda la superficie utilizando una lima de 180 granos.



6. Utilizaremos colores acrílicos con base de agua para el aerógrafo para hacer dibujos en la parte central de la uña



7. Continuaremos con la aplicación de esmalte de gel y sellador (muy brillante), catalizaremos dos minutos y eliminaremos la capa quitaremos la cohesión. Concluiremos aplicando aceite de cutícula.



Resultado