

OBSERVADOR

BELEZA E BEM ESTAR

Massagens esfoliantes para preparar a pele para o bronzeado

3/5/2017, 14:28

Eliminam as células mortas, reduzem o aparecimento de manchas e permitem um bronzeado uniforme enquanto a pele relaxa. E para as mais caseiras, 8 sugestões para aplicar em casa.



Para quem prefere sugestões caseiras (ou mesmo para continuar os tratamentos em casa), reunimos na fotogaleria alguns produtos esfoliantes

9 fotos

Getty Images/iStockphoto

Autor



Helena Magalhães

Mais sobre

BELEZA E BEM ESTAR LIFESTYLE LIMPEZA DE PELE

Há vários rituais que as mulheres repetem ano após ano: cortar o cabelo no fim do verão, trocar os cosméticos na mudança da estação, fazer uma limpeza de pele antes do inverno... E preparar a pele para o sol e para o bronze. Depois de meses tapada debaixo de camadas de roupa e cobertores, **a esfoliação vai eliminar as células mortas, reduzir as probabilidades de ganhar manchas e permitir que a “nova” pele se bronzeie de forma mais rápida e uniforme.**

Imagine que começa a apanhar sol e, como não preparou a pele, uma parte do seu corpo tem pele “velha” e acumulada (as células mortas) e outra parte já tem pele “nova” (graças à regeneração natural). Pode apanhar o mesmo sol mas a pele vai reagir de forma diferente, sendo nova ou velha. É aí que surgem as manchas porque a velha vai escurecer mais rápido. Além disso, e porque esta é a altura em que a procura por [cremes de pernas e anti-celulite](#) aumenta, a esfoliação vai também permitir que os cremes utilizados penetrem mais facilmente.

Se aliar esta necessidade a um momento “zen” bem merecido, **as massagens esfoliantes são exatamente o que deve procurar este mês e sugerimos cinco em baixo.** Para quem prefere sugestões caseiras (ou mesmo para continuar os tratamentos em casa), reunimos na **fotogaleria** alguns produtos para usar em casa e que vão ajudar a preparar a pele para a próxima estação.

1 Esfoliação Crushed Cabernet

Momento relaxante que inclui uma esfoliação e uma massagem cranial. A esfoliação Crushed Cabernet é um dos mais famosos tratamentos de vinoterapia, renova e ajuda a recuperar a suavidade da pele e é o programa ideal para adelgaçar e preparar o corpo para o sol. No fim, a massagem cranial é profundamente relaxante.

Onde fazer: [Caudalie Vinotherapie Spa](#) no The Yeatman, Porto.

Preço: 130€ (com oferta de Reflexologia ou Massagem de Costas).

2 Detox Global

Envolvimento desintoxicante de corpo inteiro que inclui uma esfoliação profunda, uma máscara de tratamento para resultados imediatos, um creme corporal e uma breve massagem. Este tratamento vai eliminar as toxinas da pele, purificar e oxigenar, preparando a pele para o verão.

Onde fazer: [Centros de Estética Well's](#), todo o país.

Preço: 59€.

3 Esfoliação Hidratante Corpo e Rosto

O objetivo deste tratamento é deixar a pele hidratada e resplandecente através de uma esfoliação corporal hidratante com grânulos e óleos essenciais adaptados a cada tipo de pele. No rosto, é feita uma esfoliação facial suave para limpar e hidratar. No fim, é aplicado um creme nutritivo. A pele fica hidratante e preparada para o sol.

Onde fazer: [City Spa](#), Lisboa.

Preço: 45€.

Ritual Detox

4

Concebido para eliminar toxinas e tonificar, este ritual alia benefícios de bem-estar para a pele, deixando-a suave e rejuvenescida. Começa com uma esfoliação desintoxicante realizada com peeling à base de sal marinho, extrato de algas e plâncton, seguida de uma drenagem linfática para reduzir as toxinas e termina com uma hidratação com um creme Tuscany (com manteiga de manga, óleo de laranja, coenzima Q10 e vitaminas C e E) que nutre e regenera em profundidade.

Onde fazer: [Clínicas Vital Plus](#).

Preço: 70€.

5 Swiss Glow Karin Herzog

Ritual que inicia com uma esfoliação que tem por objetivo deixar a pele refinada e polida por partículas de mármore que removem as células mortas. No fim, aplicam-se cremes nutritivas que potenciam a luminosidade instantânea da pele. Há a opção de uma massagem relaxante às costas.

Onde fazer: [BSpa by Karin Herzog](#) no Altis Belém Hotel & Spa, Lisboa.

Preço: 70€ (45 minutos) ou 90€ (75 minutos).