

# ins style

ENERO 2018  
3,30 € | CANARIAS 3,65 €

## ENIM TYLE

REVOLUCIÓN  
EGA A  
ARMARIO

0  
ACCESORIOS  
QUE CAMBIAN  
U LOOK

UNA MUJER REAL

# Julia Roberts

4 PEINADOS  
FÁCILES PARA  
PRESUMIR  
DE MELENA

Pág 90

LOS  
MEJORES  
PLANES  
A TODOS  
LOS PRECIOS

# MODA

¿QUÉ HAY  
DE NUEVO?

# 2018





Y TÚ, ¿CÓMO LO HACES

## Judit Mascó

### ABANDONÓ LAS PASARELAS INTERNACIONALES

en 1995, aunque no ha dejado de trabajar desde entonces. "La edad no me preocupa tanto, pero tener buen aspecto y estar saludable sí. Ahora me siento más segura, me lanzo y hago que las cosas pasen, no espero", confiesa la modelo, de 48 años. En este tiempo ha aprendido que es importante cuidar cuerpo y mente, por lo que practica yoga, medita, come muy sano y dejó de conectarse en la montaña. "Siento que me queda mucho por hacer. Sentir curiosidad y tener inquietudes y objetivos es lo que mantiene mi equilibrio".

### SECRETOS DE FAMILIA

"El consejo de belleza que me dio mi madre cuando era adolescente es que me hidratara, tanto por dentro como por fuera, y que me protegiera del sol, ya que la prevención es clave".



### PEQUEÑOS PLACERES

"Me relajan el yoga y la meditación, pero también quedar con mis amigos y charlar, o leer una buena novela. Los fines de semana me gusta ir a la montaña a practicar nordic walking, ya que el contacto con la naturaleza me da energía y me hace sentir feliz".



### SER CONSTANTE

"Mis cuidados de belleza son muy básicos, pero soy muy constante. Siempre, pase lo que pase y sea la hora que sea, por pereza que de me limpio e hidrato la piel antes de acostarme".

Facial Esencial  
Pielcelor Cleansing Oil, de  
Mumboko, 28,65 €. [mumboko.com](http://mumboko.com)



### UN MENÚ MUY EQUILIBRADO

"Como mucho pescado, verduras y legumbres, pero he reducido el consumo de carne roja. Además, el chocolate (me encanta) me aporta energía y momentos de placer".

### NIÑOS EN CABINA

"Cada dos días asisto a mi centro de estética de confianza, Oxygen Barcelona, donde me hacen masajes (resantes corporales e hidrataciones faciales)".



"No me importa comparir con mis hijas mis cosméticos, siempre y cuando los den en su sitio".

Sus favoritos: los eau de toilette Fico di Amalfi, de Acqua di Parma, 70 €, 75 ml, [acquaqiparma.com](http://acquaqiparma.com), y Un Jourle sur le Nil de Histoires, 107 €, 100 ml, [darnes.com](http://darnes.com)

"Siempre hago estiramientos de columna, mi rutina de yoga, hidrato mi piel y pelo a conciencia y bebo agua en ayunas y antes de las comidas".

