

Curso de auto maquillaje: introducción

¿Qué significa la palabra maquillaje?. Para muchas mujeres maquillarse quiere decir aplicarse productos cosméticos en la cara, pero el verdadero sentido del maquillaje es transformarte sin perder tu naturalidad, resaltar tus facciones más bonitas, sentirte guapa.

MARTA CUSÁ / MUJERACTUAL

La realización de un maquillaje va a crear una nueva expresión, dando luz y color. A partir de ahora, vas a iniciar un curso de automaquillaje en el cual espero que te sientas animada a seguir todas las pautas. Cada maquillaje se realizara de forma diferente dependiendo de la personalidad y facciones de cada una, y tú misma debes crear tu propio estilo, en el cual no te veas extraña, ni te sientas incómoda.

Para crear tus propios trucos tendremos en cuenta tres puntos principales:

- A. Sentirte identificada con uno de los siete tipos de rostros.
- B. Crear armonías de colores entre los vestidos, los ojos y los cabellos.
- C. La ocasión del maquillaje (de fiesta, de día, de noche, de novia, etc...).

Personaliza tu rostro.

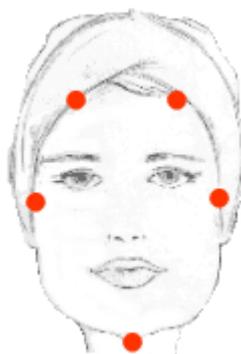
Primero coge una cinta y retira el cabello totalmente de la cara, ahora es muy sencillo, mírate en un espejo e imagínate los puntos que te voy a marcar (ver imagen del lateral):

- A. Dos en el inicio del cabello,
- B. Uno, dos dedos por debajo de cada sien,
- C. Y por último mira la inclinación que hace tu rostro hasta el mentón.

Qué tipo de rostro tienes?.



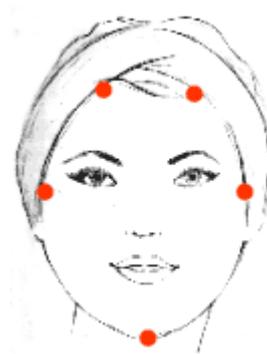
Rostro ovalado



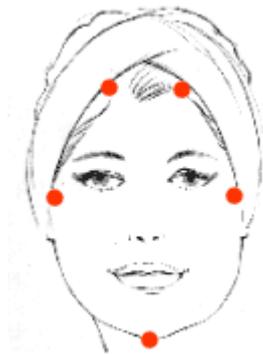
Rostro cuadrado



Rostro en diamante



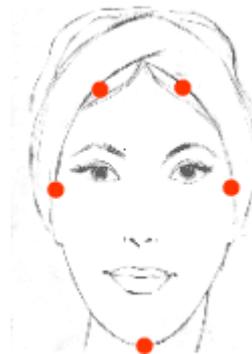
Rostro redondo



Rostro en triángulo



Rostro en triángulo invertido



Rostro alargado

Espero que te haya sido fácil. Es importante, porque a partir de aquí podremos realizar las correcciones oportunas, la aplicación del colorete correctamente, etc. No te preocupes si no te has visto reflejada totalmente en estos dibujos, muchas veces podemos tener una mezcla de dos tipos de rostro, pero siempre decántate por el que sea más parecido a ti.

¿Qué debes hacer antes de maquillarte?

Te recomendamos que sigas los siguientes pasos:

- **Limpieza de la piel**
No caigas en el error de pensar que aunque no te maquilles tu piel no se ensucia. Coge un algodón con el producto que utilices normalmente y pásalo tres o cuatro veces por todo el cutis, verás como hay restos de suciedad.
- **Aplicación de crema hidratante**
Es básico que tu piel este hidratada, por eso te recomiendo que después de limpiar tu rostro te apliques una crema (según cada tipo de piel). Posiblemente pienses que maquillarte te ensucia la piel y es aquí donde doy la importancia de la crema. Aparte de hacer las funciones correspondientes de cada una, te formará una capa protectora, la cual no dejará que tu piel se dañe con los productos que te apliques más tarde.
- **Depilación de cejas**
Una ceja sin depilar o mal depilada puede cambiar totalmente una mirada.
- **Depilación del labio superior**
No pienses que al depilarte el labio va a aparecer más bello, pero si estáis en contra os doy la alternativa que te lo decolores.

Lo que nunca debes hacer

Nunca te vayas a dormir, por muy cansada que te sientas, sin retirarte el maquillaje. Tu piel no debe sentirse asfixiada, necesita respirar sin dificultad.

A partir de este artículo de iniciación a la técnica del maquillaje, se irán publicando diferentes artículos en los que se irán enseñando las diferentes maneras de maquillarse las diferentes zonas del rostro, los ojos, los pómulos o los labios, dependiendo del momento y de las circunstancias.

Salvaguardar tus ojos

Nuestro organismo es la máquina más perfecta que existe. Nada se deja al azar y nada es gratuito, así las cejas que en principio parecen creadas únicamente para enmarcar el rostro, cumplen una importante función, la de salvaguardar a los ojos.

MARTA CUSÁ / MUJERACTUAL

Es una zona a la que muchas personas no le dan importancia, y no hay que olvidar que las cejas acentúan la expresión de los ojos y por consiguiente, toda modificación de su forma o grosor, cambia dicha expresión. Por eso uno de los objetivos es dar encanto a la cara y exaltar su belleza, en este caso la mirada. No te dejes llevar solo por la moda, todo tiene sus partes positivas y negativas, no sé si te acuerdas que en los años 1925 a 1930 lo más elegante era depilarse las cejas totalmente, pero ¿cuántas mujeres oírás quejarse de la locura a la que sometieron sus cejas?. Ahora las llevan tatuadas o siempre maquilladas. Yo siempre pienso que hay cosas en las que una debe tener su propia moda y hacer sus más y sus menos pero sin ser extremista.

¿Qué transmites con tus cejas?

Te presento varios tipos de cejas y las características de cada una de ellas.



Muy separadas : Imaginación alegría, indolencia, debilidad.



Firmes y arqueadas : Sentido artístico.



Rectas : Carácter equilibrado, inteligencia abierta y clara.



Muy gruesas : Autoridad y decisión.



Muy juntas : Celos y susceptibilidad.



Cortas : Inestabilidad y prudencia.



Estrechas : Carácter tranquilo y firme.



Elevadas en su parte interna : Expresa cierta simpatía.



Irregulares : Carácter vivo y emocional.



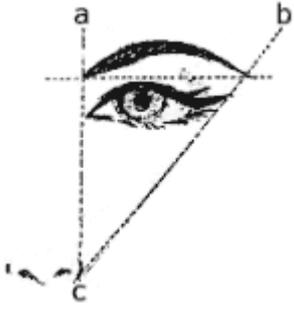
Caídas en su parte interna : Suele carecer de aptitudes artísticas.

¿Cómo debes depilarlas?

Yo te recomiendo las pinzas o cualquier otro sistema en el cual puedas utilizar siempre la precisión. La dulzura y la suavidad de la mirada dependen de la manera de utilizar las pinzas. Te voy a dar unas pautas con las cuales podrás dar la forma adecuada a tu ceja sin perder la naturalidad. Siéntate y coge un pincel, un peine de cejas o cualquier instrumento que nos ayude a seguir los siguientes pasos:

- Prepara la ceja
 - Realiza un cepillado de abajo hacia arriba varias veces. Esta operación tiene por fin ponerlas en forma y darles brillo.
 - Peina la ceja alisando las puntas para que recuperen su posición horizontal.
 - Coge un algodón y mójalo con un antiséptico (loción o alcohol) y aplícalo peinando la ceja.
- Antes de depilar imagínate los puntos que te marco :
 - Traza o marca con un lápiz una línea imaginaria de la aleta de la nariz hasta el principio de la ceja. Elimina el pelo que sobre (lo que solemos llamar entrecejo).

- Después traza otra línea imaginaria desde la aleta de la nariz hasta el rabillo del ojo. De nuevo elimina el pelo sobrante.
- Por último, la línea deberá ir de la parte inferior del punto A hasta el punto B. (ver imagen del lateral)



* Como puedes ver en el dibujo, es en el punto **a**, donde hay más cantidad de pelo, que tiene que ir disminuyendo en progresión hasta el final de la ceja, punto **b**.

Lo que te aconsejo es que vayas trabajando pelo a pelo, aunque se te haga eterno. Ya verás como cada vez lo conseguirás hacer más rápido, pero no quieras correr y hacer un desastre. Al finalizar, vuelve a desinfectar la zona pasando de nuevo el algodón suavemente.

Perfecciona tus cejas

En el capítulo de **depilación de cejas** te explique que no siempre debemos seguir la moda, ya que cambian muy a menudo las tendencias y muchas mujeres se encuentran que sus cejas son finas y/o estrechas, entonces ¿qué puedes hacer?.

MARTA CUSÁ / MUJERACTUAL

En estos casos hay que recurrir a las técnicas de maquillaje especial que nos permita cubrir las zonas donde el vello escasea.

Formas de corregir tus cejas

La corrección de las cejas realízala dibujando pequeños trazos oblicuos de lápiz que parezcan pelos naturales. Lo primero que debes hacer es:

- Elegir el color del lápiz que vas a utilizar. Deberá ser lo más similar posible al color de tus cejas. Evita hacerlo con colores fuertes como el negro, no te verás un rostro natural. Lo más recomendado normalmente en estos casos es la mezcla de colores, por ejemplo: gris y marrón.
- Cepillar tus cejas de un lado a otro, y de arriba a abajo, esta maniobra te ayudará a darles más volumen a tus cejas.
- Afilar muy bien la punta del lápiz para que los trazos dibujados sean más limpios.
- Dibujar sobre las zonas que debes corregir unos trazos de unos 4 mm, aproximadamente. Sigue la forma y dirección del pelo, y dibuja desde la raíz hacia la parte externa del ojo dejando una pequeña distancia entre trazo y trazo.
- Vuelve a cepillar tus cejas de arriba abajo, y de un lado a otro.

Lo que nunca debes hacer es:

- No dibujes con un solo trazo la ceja, es totalmente antinatural.
- Escoger colores distintos al color de tu cabello, intenta coger colores semejantes a tu pelo.

Perfila tu mirada

El perfilar un ojo es una manera importante de realzar, y hacer más grande el óvalo. Olvídate de las viejas costumbres de perfilar el ojo por dentro del párpado inferior siempre, te hará el ojo mucho más pequeño y triste.

Habitualmente perfilaremos el ojo flojo, marcando el trazo y después de aplicar las sombras lo acabaremos de perfilar bien. Hay varios tipos de productos que puedes utilizar:

- **Lápiz de ojos**
Suele ser la forma más sencilla y natural para delinear el ojo. Se puede difuminar pudiendo jugar con un tono más fuerte o siendo el mismo color difuminándolo para hacerlo más suave.

Puedes perfilar tanto el párpado superior como el inferior, pero siempre intentando empezar desde el lagrimal hasta el rabillo del ojo. Haz un trazo limpio sin repasar varias veces.

Procura que la línea sea lo más próxima posible a la raíz de las pestañas.

Los colores pueden depender de la ocasión que desees el maquillaje. Normalmente para diario utiliza marrones o grises tanto claros como oscuros. Si la ocasión requiere un maquillaje más sofisticado utiliza el negro.

- **Delineadores líquidos (eye-liner)**
Lo debes emplear con precaución y discreción porque te hará una mirada mucho más dura que el lápiz. Es un producto que podemos aplicar sin miedo en ocasiones de fiesta.
- **Sombra de ojos**
Las mismas sombras de ojos mezcladas con agua pueden hacer un efecto acuarela, aplicándolas con un pincel muy fino.

Maquillaje de ojos

Los ojos son la parte más importante del rostro, la que atrae y llama más la atención. Lo que debes conseguir son ojos aterciopelados, chispeantes y maliciosos pero a la vez tiernos.

MARTA CUSÁ / MUJERACTUAL

Efecto chispeante

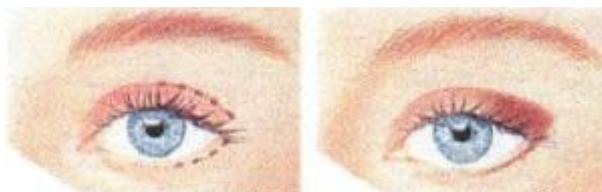
Para conseguir ese efecto chispeante y atractivo en tus ojos, debes seguir siempre estas indicaciones:

- No hagas nunca trazos demasiado precisos, porque te endurecerán. Opta por las sombras difuminadas que dan luz a la mirada. Intenta utilizar colores diferentes al color de tus ojos, ya que si no, tus ojos quedarán apagados.
- Emplea sombras que te sean armoniosas pero que a la vez contrasten el iris. Cuando te maquilles, traza líneas, sombras y curvas en dirección ascendente, para abrir la mirada, darle vivacidad y juventud.
- Antes de comenzar el maquillaje de los ojos, el párpado debe estar bien hidratado. Aplica una ligera base de maquillaje y para matizarlo empólvalo.
- Trabaja con las sombras dúo, es decir, una más clara y otra más intensa. El color claro te aportará luz mientras que el color oscuro realza y corrige las formas del ojo.
- Con la punta más fina del aplicador toma la sombra más oscura y pon un punto de color en el rabillo externo del ojo, a igual que en el borde de la parte móvil del párpado superior. Aplica dos o tres puntos más, siguiendo el arco hasta la mitad del pliegue del párpado. A continuación difumina el color aplicado para obtener la aureola más oscura. Coge la sombra clara y aplícala en el párpado móvil desde el exterior del ojo al interior.

Maquilla según tu forma de ojo

Sigue las siguientes instrucciones según el tipo de ojo que desees maquillar.

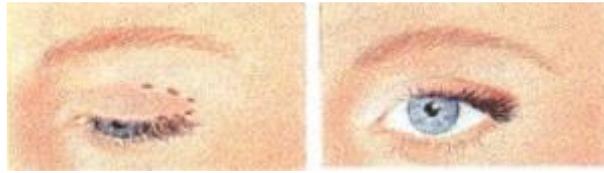
- Ojos redondos y salientes
 1. Aplica la sombra clara en todo el párpado móvil.
 2. Dibuja el ángulo exterior punteado de sombra oscura, difumínala hacia el interior.
 3. Sombrea ligeramente el ángulo externo del ángulo inferior.



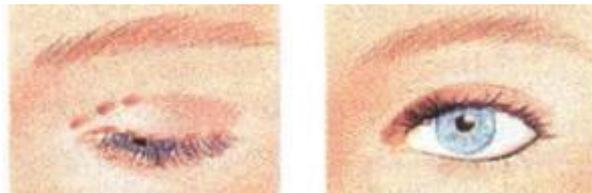
- Ojos hundidos
 1. Aplica la sombra clara en toda la parte móvil superior.
 2. Sombrea con el color oscuro el ángulo externo del párpado superior.



- Ojos demasiado juntos
 1. Aplica la sombra clara en toda la parte móvil del párpado superior e insiste en dar claridad en la zona del lagrimal.
 2. Sombrea con el color oscuro el ángulo externo del párpado difuminándolo hacia el interior.
 3. Dibuja con lápiz el ángulo externo del ojo, tocando las pestañas, y difumínalo.



- Ojos demasiado separados
 1. Aplica la sombra oscura en el ángulo interno del ojo (zona del lagrimal) difuminándolo hacia el interior.
 2. Extiende la sombra clara desde el centro del párpado hacia el exterior.
 3. Haz un trazo fino con el lápiz en todo el párpado superior e inferior bordeando las pestañas.



Recuerda

- Aplicar una sombra base en todo el ojo para unificar el color.
- Toma pequeñas cantidades de sombra para facilitar su distribución. Es preferible que vuelvas a coger y aplicar más si ves que es poco.
- Ten en cuenta que los colores cálidos favorecen a la mayoría de personas.
- No olvides que un maquillaje siempre debe tener armonía de colores dependiendo del color de pelo y ropa.

Corrector de ojeras

Muchas mujeres sufrimos problemas de ojeras y bolsas, que normalmente suelen venir ligados con el poco descanso y los problemas circulatorios. Deberíamos concienciarnos más de nuestro contorno de ojos, ya que es una zona que al hablar, reír o llorar se moviliza con facilidad.

MARTA CUSÁ / MUJERACTUAL

La falta de elasticidad en esta zona produce las típicas arrugas de expresión y cuanto más mayores somos, más se van acentuando.

La aplicación de una crema de contorno de ojos ayudará a que tengas una mirada más fresca. Si tu contorno está bien hidratado, agradecerá mucho más el maquillaje y lo verás más terso e iluminado.

Al efectuar el maquillaje, el corrector de ojeras tiene la finalidad de iluminar el surco que hunde el párpado inferior, y además corrige el color oscuro que en general presenta esta zona. También lo podríamos utilizar para tapar granitos y manchas. En el mercado podrás encontrar diferentes tonos, pero en general para ojeras rebeldes el mejor es un beige rosado.

¿Cómo debes aplicarlo?

Puedes utilizar un pincel corto y plano, o bien si no tienes, con la yema de los dedos. Se toma la cantidad suficiente de producto y se extiende sobre la zona. Para que el corrector quede unificado trabájalo con suaves presiones de los dedos, hasta que poco a poco se vaya fundiendo con el fondo de maquillaje.

Matiza tu rostro

Los polvos después de la aplicación del maquillaje y corrector, matizarán y ayudarán a asentar los productos utilizados. Podremos encontrar varios tipos, pero resumiremos en polvos sueltos o compactos.

- **Polvos sueltos**

Coge la cantidad que más o menos creas que es necesaria con una borla. Descarga una pequeña cantidad de polvo sobre tu mano y pasa la borla por toda la superficie de la piel, incluyendo la boca, cuello y orejas, dando golpecitos y ejerciendo siempre una ligera presión con el fin de que los polvos se adhieran a la piel.

Si necesitas más producto, recoge el polvo que has descargado en tu mano y vuelve hacer la misma operación. Cuando hayas empolvado todo tu rostro coge un algodón y mediante toques suaves retira el exceso, si lo crees necesario.

- **Polvos compactos**

Es aconsejable que tengas una brocha grande para que el polvo quede mucho más esparcido. Coge la cantidad de producto que creas necesaria y descarga dando un pequeño golpe sobre tu muñeca, así el mismo exceso de polvo caerá de la brocha, y no correrás el riesgo de aplicar cantidad innecesaria. Si tu crees que has empolvado poco vuelve a repetir la misma operación.

Lo que nunca debes hacer

Tenemos costumbre de pensar que cuanto más cantidad de producto, más tapamos nuestras imperfecciones, y no es así, el secreto de un buen maquillaje es trabajarlo bien y con la cantidad necesaria, piensa que cuanto menos natural sea tu maquillaje más se fijarán y si tu estás intentando disimular algo puedes hacer que haya un efecto rebote.

Luz a tus pestañas y vivacidad a tus ojos

El maquillaje de pestañas tiene gran importancia ya que da vivacidad y agranda el ojo. Existen gran cantidad de máscaras y gran variedad de colorido: negro, marrón, violeta, azul, verde, dorado, plateado... Algunos de estos productos llevan un aplicador incorporado y otros se aplican por medio de un pequeño cepillo de cerdas duras.

MARTA CUSÁ / MUJERACTUAL

Antes de pasar a la aplicación del producto te explicaré un truquillo: Consiste en empolverar las pestañas con los polvos que has utilizado anteriormente para darles más grosor.

Después de esto ya puedes **aplicar la máscara**, es muy sencillo. Debes seguir estos pasos:

- Cepilla tus pestañas insistiendo más en su mitad externa.
- Impregna el aplicador con el producto que hayas escogido y empieza maquillando las pestañas superiores. Primero las puntas y después la base. Deja secar durante unos minutos para no manchar el párpado superior.
- A continuación aplica el producto en las inferiores, maquillando primero la parte inferior y luego las puntas.
- Cuando hayas maquillado todas las pestañas y para que no se queden pegadas, cepíllalas con el cepillito limpio.
- Dependiendo del espesor que quieras darle a las pestañas aplicarás más o menos capas de producto, pero eso sí, siempre cepillándolas al finalizar para que queden más naturales y sueltas.

El colorido en tus puntas

Como te he dicho anteriormente hay gran variedad de colores, pero todo dependerá del compromiso para el que te estés maquillando.

- La máscara de color negro es la de uso más frecuente, resalta pero con discreción. El negro hace más brillante el blanco de los ojos.
- Con el marrón se pueden obtener efectos más naturales.
- Obtendrás efectos más divertidos o modernos con las nuevas máscaras de colores.
- Y para efectos más sofisticados, para salir una noche especial o asistir a una fiesta, puedes aplicarte las máscaras plateadas o brillantes

Mejillas con color

En este artículo verás el porqué te mostré los diferentes tipos o formas de rostros que existen, aparte que siempre es interesante saber algo más de ti, aprenderás a corregir un poco tu rostro simplemente con la aplicación del colorete.

MARTA CUSÁ / MUJERACTUAL

El colorete se presenta en una amplia gama de colores y en diferentes consistencias:

- En crema
- Barra
- Polvo

Podemos decir que el colorete es la mejor forma de modelar una cara con naturalidad, de animarla y darle luz, pero siempre de manera suave y sutil. Según el tipo de producto, su forma de aplicación será diferente:

- Los coloretes cremosos o en barra se aplicarán con una esponja humedecida.
- El colorete en polvo se aplicará con un pincel ancho. Son los más fáciles de trabajar.

Corrige tu rostro con colorete

La aplicación será diferente según el tipo de rostro ([ver artículo introducción](#))

- **Cara redonda**
Se aplicará el colorete de arriba abajo formando una tira vertical rectangular bajo la parte central del párpado inferior.
- **Cara cuadrada**
Aplicar el colorete del centro del pómulo en dirección a la sien, formando un pequeño triángulo.
- **Cara triangular base ancha**
Aplicar el colorete del lado externo del ojo a la sien, formando un rectángulo.
- **Cara alargada**
Aplicar colorete sobre el centro del pómulo formando un círculo.
- **Cara en forma de triángulo invertido**
Aplicar el colorete trazando un rombo que siga la dirección del pómulo a la sien.
- **Cara en forma de diamante**
Aplicar el colorete desde el centro del pómulo alcanzando el borde del párpado inferior en dirección a la sien.

Dibuja tus propios labios

El maquillaje de los labios es muy importante para dar equilibrio y belleza al rostro. La boca junto a los ojos, son las partes móviles del rostro y, por tanto, los que más atención atraen. Con tu rostro correctamente maquillado, pero con unos labios sin color, obtendrás un aspecto triste y desequilibrado.

MARTA CUSÁ / MUJERACTUAL

Para que no te sientas así, en la actualidad existen gran cantidad y variedad de productos para el maquillaje de labios:

- Lápices correctores (de diferentes colores)
- Barras de diferentes consistencias

¿Quieres saber si tus labios son perfectos?

Pero antes de nada, ¿quieres saber si tus labios son perfectos?. Pues bien, traza una línea imaginaria que pase por el centro de las pupilas en vertical hasta las comisuras de los labios, así sabrás la longitud perfecta.

Su anchura debe encontrarse exactamente sobre la línea vertical que pasa por el centro de los orificios de la nariz. En una boca armoniosa, el grosor de los labios deberá ser igual entre la parte central del labio inferior y la parte central del labio superior.

No te preocupes si tus labios no tienen estas dimensiones tan perfectas, porque para eso realizamos este curso. Tú misma debes realizar tu corrección, te sentirás mucho más atractiva con unos labios bien maquillados.

¿Qué debes utilizar para dibujar tus labios?

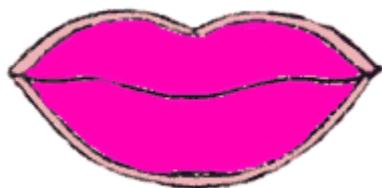
La boca se debe perfilar para lograr una mejor perfección en el dibujo de la línea de los labios. Para ello debes utilizar un lápiz perfilador. Elige el color adecuado dependiendo de las tonalidades que has utilizado para maquillar tus ojos.

Rellena tus labios utilizando un color con el cual no resalte demasiado el perfilador. Extiende el color de la barra con un pincel de labios, así el maquillaje aparte de ser más perfecto, te durará más tiempo.

Imagen de perfilar y rellenar los labios

Primero hay que perfilar los labios y después aplicar la pintura con un pincel para labios

¿En qué tipo de labios te ves reflejada?



LABIOS DEMASIADO GRUESOS

Perfila el contorno por debajo del borde natural de los labios. Si lo que quieres es disimular tu grosor, no utilices nunca colores demasiado brillantes.



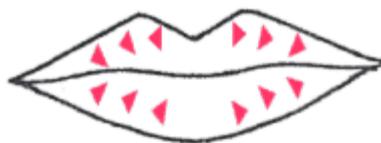
LABIOS FINOS

Perfila el contorno por encima del borde natural, forzando levemente su anchura con tonos más claros y brillantes.



LABIOS DESIGUALES

Tapa con el maquillaje claro todo el labio y perfila rectificando sobre uno de los labios hasta conseguir la simetría deseada; si es demasiado grueso se hará más fino, y viceversa.



LABIOS CAÍDOS

Disimula las comisuras con un maquillaje de fondo más claro que el utilizado para el cutis. Haz un trazo normal en el corazón del labio superior, extiéndelo hacia la comisura y acábalo 1mm antes de llegar a esta. Perfila el labio inferior y alarga el trazo hasta que se junte con el superior. (En la imagen las flechas indican la dirección en la que debe aplicarse el lápiz de labios.)

Cuando hayas perfilado tus labios, rellénalos con el color y la ayuda del pincel. Los excesos de maquillaje retíralos con una toallita de celulosa. No exageres las correcciones (intenta que siempre entren dentro de lo más natural) ya que

las barras actuales no son demasiado cubrientes y pasado cierto tiempo pueden dejar ver las correcciones. Después de todo esto ¿a que sientes tus labios más atractivos?.

El color en tu piel

Hasta ahora has visto los diferentes tipos de rostro y la forma correcta de depilar tus cejas, a partir de ahora vamos a empezar a dar color y camuflar imperfecciones.

MARTA CUSÁ / MUJERACTUAL

En la actualidad existen gran cantidad de maquillajes con diferentes texturas y consistencias que se adaptan a todas las necesidades. Esto nos permite lograr maquillajes sumamente naturales o sumamente complejos. La elección de la textura del maquillaje de fondo estará en función de la piel y del tipo de maquillaje que desees realizar.

Clases de maquillajes

- Cremas de color
Son muy buenas para el día, sobre todo en pieles secas y grano fino. Dan un aspecto totalmente natural.
- Maquillaje de fondo fluido
Cubre más que las cremas de color. Es un producto extraordinario para utilizar tanto en un maquillaje de día, tarde o noche.

Escoger el tono adecuado

Elegir el tono adecuado de cualquiera de estos productos es muy importante, ya que el fin es igualar el tono de la piel, mejorar el aspecto y eliminar la palidez. Ten cuidado, un buen color de piel no significa aparecer como si hubieras tomado el sol durante horas, un maquillaje oscuro siempre te envejecerá. El secreto es escoger un tono por encima del tuyo natural y extenderlo perfectamente para iluminar la piel y borrar defectos.

¿Cómo debes aplicarlo?

Ten en consideración los siguientes consejos:



Lo primero de todo aplicaremos la crema hidratante o ampolla flash.



Después aplicaremos pequeñas cantidades de producto sobre la frente, nariz, mejillas, mentón y cuello. No hay que utilizar mucha cantidad de producto, ya que corres el riesgo de que la epidermis quede demasiado cubierta y sea un maquillaje demasiado espeso.



Con la ayuda de una esponja humedecida extiéndelo partiendo de la raíz del cabello y de la zona media del rostro hacia los lados. No arrastres la esponja, da pequeños toques de presión, ya que así el producto queda más fijado en la superficie de la piel. Es muy importante que te fijes en maquillar todas aquellas zonas que se ven más: cara, cuello, escote y orejas.



Procura que no quede acumulado el producto en cejas, raíz del pelo, patillas o cuello. Si esto ocurriera, retira el exceso con un pañuelo de papel o toallita de desmaquillar efectuando ligeras presiones sin frotar.



Si realizas todos estos pasos, el maquillaje de fondo se convertirá en tu perfecta segunda piel.

La armonía del maquillaje. El color y la luz

Todos los consejos que vas a ver ahora te serán muy útiles para conseguir la armonía en el maquillaje. La uniformidad entre los colores del rostro y vestimenta, la época del año, la hora del día o la luz, son fundamentales para variar el tipo de maquillaje y seguir viéndote guapa.

MARTA CUSÁ / MUJERACTUAL

El color

Es importante y necesario que tengas más o menos claro las diferencias entre los colores. Haremos la siguiente división: colores fríos y colores cálidos.

La división de estos dos tipos de colores no se puede hacer muy exhaustiva, pero es interesante que intentes establecer dicha división de un modo intuitivo, ya que el color es ante todo una expresión más emocional que racional de cada uno. De todos modos los podemos dividir en términos generales.

- Colores fríos
Son aquellos en cuya mezcla predomina el azul. Sus tonos son el violeta, el malva, gris, etc.
- Colores cálidos
Son aquellos en los que predomina el amarillo-rojo. Sus tonos son el amarillo, beige, marrón dorado, etc.
- Colores neutros
Son el blanco y el negro. Son dos colores clásicos que casi siempre pueden estar reflejados en cualquier maquillaje. Lo único que debes tener en cuenta es que el color blanco al lado de colores claros los rebaja aún más y al lado de colores oscuros les da brillo. El negro por el contrario ilumina y da brillo a los colores claros que están a su lado y apaga los oscuros.

En el maquillaje toda fantasía está permitida, pero debes tener en cuenta la armonía de las tonalidades que se acomoden mejor con el color de ojos, del cabello y de la piel. También debes tener en cuenta las tonalidades de tu indumentaria, siguiendo una semejanza de colores o cambiar tonos opuestos que armonicen por contraste. La elección dependerá de tu imaginación, de tu fantasía y sobretodo de tu gusto.

La luz

El maquillaje no puede ser el mismo de día y de noche, ya que los colores cambian según la luz natural o artificial. La luz artificial, por potente que sea siempre es menos resplandeciente que la del día y por este motivo es tan primordial el maquillaje.

- La luz artificial en el maquillaje de noche
 - Ten en cuenta que los tonos cálidos se atenúan y los fríos se intensifican, es decir, que para estos casos debes emplear maquillaje fluido o compacto que debe ser del mismo tono que la piel o un tono más claro.
 - El colorete más subido evitando los anaranjados ya que al ser un color cálido se atenuaría.
 - Los colores de labios han de ser más fuertes y sensuales que los del maquillaje de día.
 - Las sombras de ojos (azuladas, grises, malvas, marrones, ...) deben ser más fuertes y más elaboradas que en el maquillaje de día.
- La luz natural del día
 - Los cielos grises de invierno armonizan los colores fríos (azules, plateados, ...).
 - Los cielos claros de verano armonizan con colores cálidos (amarillos, tonos de frutas y flores como el naranja o el albaricoque, etc.).

Maquillaje de día

El maquillaje de día debe ser un tipo de maquillaje en el que busques darle vida y luz al rostro dentro de una gama de naturalidad.

MARTA CUSÁ / MUJERACTUAL

Voy a intentar que este maquillaje sea sencillo, ya que seguro que cuando te levantas de la cama corriendo por haber aprovechado esos últimos 10 minutos, en lo que menos piensas es en tu rostro. Esta es la excusa de muchas mujeres, pero yo te aseguro que darte un poco de color en tan sólo 10 minutos hará que te sientas guapa y con ganas de empezar el día.

Estos son los pasos fundamentales para maquillarte por la mañana

- Lo primero que debes hacer es preparar tu piel, limpiarla y aplicarle la crema de día que utilizas normalmente.
- El fondo de maquillaje puede ser:
 - **Crema de color:** puedes sustituirla por la crema de día, ya que este producto tiene una doble función, de hidratante y de color. En mi opinión te recomiendo que no mezcles las funciones, primero sigue aplicando la crema de día y luego aplica la crema de color, así obtendrás una capa más gruesa de cremosidad e hidratación.
 - **Fondo fluido:** aplica el fondo con una esponja especial para maquillaje humedecida en agua. Esto ayudará a que el maquillaje se extienda más fácilmente y quede más uniforme. El maquillaje debe ser del mismo tono que tu tez o bien un tono más oscuro. Nunca quieras aparentar un color que no sea el tuyo ya que puede producir un efecto rebote y verse demasiado artificial.
- Corrector antiojeras o anticernes
El corrector lo destinamos a disimular las ojeras oscuras en el contorno del ojo hundido y en las zonas de depresión (aletas de nariz, rictus,...). Deberás aplicarlo con pequeños toques hasta que parezca una corrección lo más natural posible.
- Las correcciones oscuras en el maquillaje de día las intentaremos evitar, excepto para realzar un poco los pómulos, pero con mucha suavidad.
- Los polvos sueltos o compactos los debes aplicar con brocha o borla. Debes sacudir y limpiar la brocha antes de ser utilizada sobre tu piel. Simplemente te servirá para matizar el maquillaje.
- En los ojos, las sombras tendrán que estar muy difuminadas, nunca debes dar por acabado tu maquillaje si te ves un ojo demasiado recargado. Durante el día predominarán las tonalidades suaves. Las sombras en este maquillaje no son un punto imprescindible, aunque siempre resaltarán tu mirada.
- Perfila tus ojos, siempre se verán más resultones.
- La máscara de pestañas te servirá para ampliar tu mirada, pero no la cargues en exceso.
- El colorete, debes aplicarlo con las correcciones explicadas anteriormente. Siempre dependerá del tipo de rostro.
- La boca como siempre te he dicho, es muy importante. Perfila tus labios con tonos naturales y máquillalos con tonos suaves.

Debes seguir estos pasos por orden y aunque te parezca muy largo todo lo que te he explicado, con la práctica te será una rutina. Lo que debes tener claro, es que tienes que estar guapa y brillante de buena mañana, simplemente para sentirte muy bien contigo misma.

Maquillaje de noche

El maquillaje de noche tiene como finalidad darte el máximo de resplandor y realzar los dos principales puntos en los que nos basamos muchas veces: los ojos y la boca. Este maquillaje te exige más tiempo, ya que debes preparar bien tu piel para conseguir buenos resultados.

MARTA CUSÁ / MUJERACTUAL

Para acompañar el vestido, las joyas, los accesorios, etc. necesitarás un maquillaje luminoso, por tanto deberás hacer una minuciosa elección de los colores, no olvides que el maquillaje debe armonizarse y cambiar según las iluminaciones. Por ejemplo: Si vas a salir a una discoteca o sala de fiesta en las que te encontrarás un alumbrado tenue, lo que necesitarás es un maquillaje fuerte sobre los ojos, mejilla y boca. Ahora sigue estos pasos:

- Retírate el pelo con una cinta para poder trabajar bien todo el rostro.
- Limpia y aplica la crema hidratante o ampolla "flash" correspondiente a tu tipo de piel. Te permitirá trabajar en una piel más fresca y tersa.
- **Fondo de maquillaje.** Aplícalo con una esponja humedecida en agua, te durará más que si lo trabajas con las manos. ¡Ten cuidado si tu vestimenta lleva escote!, toda esa zona escotada no deberá diferenciarse con el resto del maquillaje, para ello, utiliza otra vez la esponja limpia, húmeda y bien escurrida, y deposita encima un poco de maquillaje de fondo líquido. Extiende el maquillaje uniformemente sobre la superficie de la piel. Si una vez seco deja algunas irregularidades puedes difuminar los residuos que deja el producto secándolo con una toallita de papel.
- **Correcciones oscuras o claras.** Este maquillaje te permitirá utilizar los temas pasados en los que hablábamos de las correcciones para dejar óvalos y pómulos perfectos. Recuerda que toda corrección debe ser difuminada muy bien.
- **Empolva tu rostro.** Elige el tipo de polvo que más te agrada. Incluso me atrevo a decir que podrías utilizar unos toques de polvo con un poco de brillo, pero siempre con mucha precaución. Recuerda que deberás tener en cuenta el escote.
- **Sombra de ojos.** El maquillaje de ojos será más acentuado que el utilizado durante el día. Recurre a colores más atrevidos y sofisticados. Los colores que debes elegir pueden venir dados por el vestido o el color del iris del ojo. ¡Es evidente de que no se trata que apliques una sombra roja porque el vestido sea rojo!, sino que harás una elección de la gama de esa tonalidad. Aplica la sombra sobre el párpado superior, al igual que para el maquillaje normal, pero dependiendo del grupo de ojos en el que te viste reflejada en el tema que vimos anteriormente. Haz una línea con lápiz blanca o beige claro dentro del ojo, lo agrandará.
- **Colorete.** Insiste algo más en su aplicación, puesto que los pómulos deben estar más marcados que en el maquillaje del día.
- **Labios.** Perfila los labios haciendo bien el dibujo (haciendo las correcciones que te expliqué anteriormente en el tema de labios). Elige colores sensuales y dale un tono de brillo.

Maquíllate según tu edad

En la técnica del maquillaje existen unas ciertas normas o pasos que debemos seguir, pero siempre se habla en términos generales, y lo importante es saber adaptarlos a nuestra personalidad.

MARTA CUSÁ / MUJERACTUAL

Igual que he hecho en otros temas, el de ojos, labios, etc., hoy vamos a dividir los grupos en diferentes edades, desde adolescentes de 15 años a mujeres de más de 65 años.

Mujeres de 15 a 20 años

Mi consejo es que el maquillaje en una chica de tu edad deber ser siempre discreto, si utilizas maquillaje de fondo o crema de color, aplícatelo con la mayor ligereza posible. Debe ser casi invisible, es decir, no escojas ningún color ni más fuerte ni más claro, simplemente el tono de tu tez, ya que en este caso el maquillaje te servirá para unificar el aspecto de la piel, ligeramente afectada a veces por rastros de acné.

Evita utilizar el maquillaje por el día y resérvalo para cuando salgas y empolva tu rostro ligeramente. Los pintalabios que utilices deben ser lo más naturales posibles, será suficiente para resaltar un poco tus labios. Si quieres depilar tus cejas hazlo ligeramente y con prudencia, piensa que tu personalidad no está totalmente fijada, simplemente intenta limpiarlas un poquito.

Mujeres de 21 a 30 años

Aquí tu personalidad se ha afirmado, la joven ya se ha convertido en mujer. Ahora lo importante es evitar envejecer tu rostro con el maquillaje, aplícalo solo para acentuar tu tipo y personalidad. Emplea los tonos de moda, adaptándolos a la forma y al carácter de tu rostro.

Los maquillajes de fondo, suaves, deben aportar a la piel una cierta transparencia. Si eres rubia elige colores claros, y si eres morena elige tonos más francos, sin ser muy oscuros.

Mujeres de 31 a 45 años

Has alcanzado tu plenitud, estás en posesión de todas tus posibilidades y en pleno apogeo de tu belleza. Realiza un maquillaje un poco sofisticado a condición de que no endurezca tus rasgos. Esfuérzate para desarrollar el encanto del rostro y realiza un trabajo elegante.

Seguro que eres una mujer que aún quieres seguir al cien por cien la moda, pero te aconsejo que no caigas en excesos que no convengan ni a tu personalidad ni a tu rostro. Si no te has maquillado nunca, no empieces de golpe, primero maquíllate con los consejos de jovencitas y ves acentuándolo progresivamente.

Mujeres de 46 a 65 años

Aunque puedes adoptar el maquillaje de moda, procura que sea siempre muy ligero y bastante suave. Un maquillaje muy sofisticado puede que no te gustase. Evita los maquillajes de fondo más oscuros que el color de tu tez, ya que endurecen los rasgos y envejecen siempre.

Mujeres de más de 65 años

Tu rostro puede estar un poco marcado por el paso de los años, el maquillaje debe tener como único objetivo, aportarle frescor. Si sientes que tu rostro está muy arrugado, no te aconsejo que utilices maquillaje de fondo, ya que las arrugas quedarían acentuadas y más marcadas.

Te conviene mucho más utilizar una crema incolora que te sirva de base. Utiliza polvos muy finos del mismo tono que tu piel y para dar luminosidad, aplica un toque de colorete rosa apagado. El pintalabios debe ser de tono suaves.

Maquillaje para mujeres que llevan gafas

El maquillaje que os aconsejo servirá para que no resalten tus gafas sino tu mirada, es un maquillaje que se centra en el propio ojo teniendo en cuenta que estará recubierto por unos cristales más o menos oscuros, y por lo tanto, lo que debes hacer es exagerar un poco el maquillaje dando luz y color en los puntos necesarios.

MARTA CUSÁ / MUJERACTUAL

Consejos generales

- Las cejas son uno de los elementos más importantes del rostro. En este caso, lo que debes hacer es depilarlas adaptándolas según la forma de la montura de las gafas.
- El color de tus cejas será más claro cuando se trata de una montura oscura, y más oscuro si se trata de una montura clara.
- Para perfilar tu ojo yo te aconsejaría un lápiz gris oscuro, ya que es un color que se adapta bien a todas las tonalidades.

¿Cómo maquillar los ojos para que parezcan más grandes?

- Los ojos parecerán más grandes si dibujamos una línea con lápiz que sobrepase el ángulo externo, en el borde del párpado superior, siempre siguiendo el nacimiento de las pestañas.
- Dibujar un trazo más fino iniciado en el medio del párpado inferior que se reúna con el trazo del párpado superior, para formar un triángulo alargado difuminado.
- Aplica un trazo de lápiz blanco en la parte interna del párpado inferior.
- Las sombras serán de una tonalidad más clara que el iris, estas sombras se aplicarán por encima del trazo del lápiz.

Si tu problema es la miopía...

- Haz desaparecer con ayuda del lápiz blanco o con el corrector de ojeras, la rojez aparente que afecta a menudo el reborde del párpado inferior y que generalmente proviene de la irritación causada por unos cristales demasiado fuertes.
- Maquilla tus pestañas superiores e inferiores cuidadosamente siempre peinándolas antes y después de maquillarlas.
- Sombrea los ojos con ayuda de un pincel partiendo del medio del párpado superior, y ensanchando el trazo progresivamente hacia el ángulo externo.
- Utiliza tonos claros nacarados para ampliar e iluminar la mirada. Se realizará una raya más fina que se unirá con el trazo del párpado superior, formando un triángulo estirado y difuminado.

Maquillaje para mujeres con problemas de astigmatismo

- Los cristales correctores no deforman los ojos en este caso, y por tanto puedes adoptar el maquillaje sin demasiados excesos. Estas normas las puedes seguir tanto en el maquillaje de día como de noche.
- En el caso de que sea una fiesta de gala o simplemente te apetezca dejar las gafas en casa y usar las lentillas, te aconsejo que maquilles tus ojos con sombras cremosas para evitar la posibilidad de que penetre en el ojo el polvillo que sueltan las sombras en polvo al extenderlas en el párpado.
- En tus pestañas aplica el producto con cuidado de no tocar la raíz, esto podría hacer que tu ojo se resienta y notes un pequeño escozor.
- Para el tema de sombras, al no llevar gafas, debes seguir los consejos que has visto en el tema de ojos, dependiendo del grupo en el que te hayas visto reflejada en los dibujos.