



Què es el Massatge?



seu mai que d'una pell plena d'arrugues i solcs, propis dels anys o dels descuits, el massatge faci la maravellosa metamòrfosi de canviar-la completament.

El massatge pot evitar unes arrugues prematures, però contra aquestes una vegada constituïdes no és aquest el procediment per a guarir-les.

L'interès de tota dama ha d'ésser sobretot prevenir les arrugues i conservar l'aspecte juvenívol del seu cutis, i és per això que sera de cabdal importància el massatge com a mitjà extern per a la seva conservació.

La tècnica del massatge és per això interessant de conèixer, tant si és practicat per un mateix o bé per persona especialitzada, ja que malauradament en molts casos en comptes d'un bon efecte el que s'aconsegueix és un desperfecte, accentuant majorment els solcs i petites arrugues que es pretenia corregir o dissimular.

Hi han moltes classes de massatges i encara que tots persegueixen la mateixa finalitat, generalment per a cada regio del nostre cos tindrà una manera diferent de practicar-se.

El rostre exigeix més delicadesa, per exemple, que les mans i coll, i les varies classificacions que se n'han fet també depenen de les diverses modalitats de professional o aparell que s'usi.

Hi ha, com tothom sap, el massatge manual, que és el que més es practica; i el massatge mecànic o elèctric, que amb les seves variants en vibratori i de rodets, avui dia porten una perfecció bastant satisfactòria, mentre qui l'apliqui estigui atent a tots els més petits efectes.

Per al rostre és molt recomanable el vibratori, que a més té l'avantatge d'ésser menys complicat.

Un massatge sempre es practicarà havent estès sobre la pell una crema grassa o un bon «col-cream», per evitar una brusca reacció de l'epidermis.

Les diverses tècniques les anirem veient en successius articles.