



Desde té relajante hasta sesiones de spa y masajes para regalársela en su día

¿Mamá agotada? Guía de regalos para quedar como el hijo favorito

Selección: regalos para mamás estresadas

Producto	¿Qué ofrece?	Precio	Más info
Marley Mug Rosado	Edición especial para el Día de la Madre: nueva versión de su icónico tazón cerámico (450 ml).	\$ 12.490	marleycoffee.cl
Maleta Thanks Mom Adagio	Edición limitada: taza de cerámica (425 ml) con detalles dorados y corazón metálico con 10 bolsas de té Lychee Rose Green.	\$ 21.990	adagio.cl
Caja Mix Mäm Varsoviene	Incluye galletas florentinas, grageas de almendra y 4 variedades de bombones de chocolate: con maní crocante, naranja crispy, ganache de café y relleno de maracuyá.	\$ 26.990	varsoviene.cl
Día de la Madre en Monticello	Buffet "El Capataz", con pescados y mariscos, parrilla y cocina internacional, opciones saludables y preparaciones en vivo (10 de mayo).	\$ 28.900	granarenamonticello.cl
Día de la Madre en Dreams	Alternativas para compartir en todo el país: en el norte, formatos más acotados con tablas para compartir con espumante; en el sur, buffets y cocina en vivo.	\$32.500 (\$15.500 niños)	dreams.cl
Almuerzo en Sheraton Santiago	Buffet VIP, música en vivo y sorpresas entre las 12:30 y las 16 horas en un evento bajo el concepto "madre significa amor en el idioma universal".	\$79.000 (\$39.950 niños)	panoramas@sheraton-scl.cl
Gift Card Spazio M	Experiencia de bienestar: incluye masaje corporal (espalda, brazos y piernas), descontracturante y craneal, limpieza facial con microdermoabrasión e hidratación.	\$ 54.900	spaziom.cl
Purificador de aire Ikea	Equipo compacto para interiores, se traslada fácilmente; cuenta con 3 niveles de velocidad que ajustan el funcionamiento y el nivel de ruido.	\$ 39.990	ikea.cl
Masajeador cervical eléctrico Kinegun Go	Dispositivo para cuello y hombros que aplica masaje tipo shiatsu con nodos rotatorios y calor para aliviar la tensión muscular acumulada.	\$ 59.990	kinegun.cl
A Lush Kind of Love	Caja con 7 productos para el cuidado corporal y momentos de pausa. Incluye el exfoliante Love Bug Scrubee, gel de ducha Passion, crema hidratante Posh Chocolate, jabón Cherry On Top y tres productos para la tina.	\$ 76.500	lush.cl
Cartera Isidora	Luce un detalle frontal y trae un bolso interior desmontable. Se puede combinar con distintos accesorios de la marca.	\$ 30.999	cl.isidoraonline.com
Beauty Box Golden Age Limited Edition de Casmara	Tratamiento premium para rejuvenecer, reafirmar y revitalizar la piel madura o desvitalizada. Edición limitada combina sérum intensivo, crema nutritiva con activos biomiméticos y Gua Sha facial.	\$ 99.800	kliki.cl
Silla colgante marfil El Barco	Estructura autocolgante de metal de fácil armado e ratán sintético; es resistente al agua y a los rayos UV, incluye un cojín con una funda lavable.	\$ 179.990	elbarco.cl
Charms PD Paola	Colección de charms (piezas en plata con baño de oro de 18K y circonitas) inspirados en el vínculo madre e hijo; desde iniciales hasta símbolos que reflejan historias.	Desde \$130.000	pdpaola.com

Fuente: Información publicada por las marcas.

Aunque no lo demuestren, ellas también se cansan: ideas que ponen una pausa entre tanto estrés.

APRIL NÚÑEZ

Este domingo 10 de mayo se celebra el Día de la Madre y surge la clásica pregunta: ¿qué le puedo regalar? La idea es que sea algo que le guste, que le sirva y que sea significativo, pero sin caer en lo mismo de todos los años.

En estos días tan revueltos, quizás algo relacionado con la relajación y el descanso podría ser útil. Con ese objetivo en mente, la tabla que acompaña esta nota reúne distintas ideas que buscan justamente obsequiar una pausa real en medio de la rutina.

El cansancio de las madres está avalado por la ciencia. Un estudio publicado en la revista Sleep (sciencedaily.com, [\[tar.link/Zkx3RV\]\(https://acor-tar.link/Zkx3RV\)\) advierte que el sueño de las mujeres disminuye fuertemente después del parto y que pueden pasar hasta una década durmiendo mal. "El cuerpo de una mamá acumula años de sueño fragmentado. Eso se traduce en tensión muscular crónica, mayor sensibilidad al dolor y un sistema nervioso que nunca logra apagarse del todo. Regalar descanso real no es un lujo, es lo que el cuerpo de una mamá lleva años necesitando", plantea Juan Raúl Bravo, kinesiólogo de Kinegun.](https://acor-</p>
</div>
<div data-bbox=)

¿Una idea? Omni Ring, por ejemplo, es un anillo inteligente que realiza un seguimiento continuo del sueño, frecuencia cardíaca, oxígeno en sangre, temperatura corporal, variabilidad del

ritmo cardíaco, niveles de estrés y riesgo de padecer diabetes. Cuesta \$199.990 en Kinegun.cl (<https://goo.su/ZCiq1V>).

La lógica de "regalar relaxo" también aplica al rubro del hogar. "Las mamás necesitan su propio espacio para descansar, relajarse y, en especial, recargar energías", propone Long Sun, gerente general de Elbarco.cl. Dentro de las opciones más buscadas en su tienda están las sillas colgantes: "La idea es desconectarse aunque sea unos minutos del día o incluso quedarse dormida con los niños".

Su silla colgante marfil se encuentra con 40% de descuento por el Día de la Madre: queda en \$179.990 en Elbarco.cl (<https://acortar.link/siivdB>).