

Fecha: 11-04-2023  
Medio: Revista Velvet  
Supl.: Revista Velvet  
Tipo: Actualidad  
Título: **A PONER TU CARA EN FORMA**

Pág.: 40  
Cm2: 563,2  
VPE: \$ 614.480

Tiraje: 6.000  
Lectoría: 18.000  
Favorabilidad: ☐ No Definida



## GIMNASIOS FACIALES

# A PONER TU CARA EN FORMA

En Santiago los espacios para activar la piel y músculos del rostro tienen sus reservas llenas. También clínicas ofrecen el servicio y las apps preparan una versión local para sumarse a esta fiebre.

Por Lucy Willson

Fecha: 11-04-2023  
 Medio: Revista Velvet  
 Supl.: Revista Velvet  
 Tipo: Actualidad  
 Título: **A PONER TU CARA EN FORMA**

Pág.: 41  
 Cm2: 490,7  
 VPE: \$ 535.316

Tiraje: 6.000  
 Lectoría: 18.000  
 Favorabilidad: ☐ No Definida



**POSTAL SEPIA: LAS ABUELAS O TÍAS YA SABÍAN Y DESDE NIÑAS NOS ENSEÑABAN SUS PROPIAS TÉCNICAS PARA EJERCITAR LA CARA Y MANTENERLA TONIFICADA.**

Muchas veces las vimos frente al espejo repitiendo de manera exagerada “U. X. U. X” u otro mantra que exigiera movimiento. Hoy ese ‘fitness’ casero se ha profesionalizado con el aterrizaje en Santiago de una tendencia internacional: los gimnasios faciales.

No se trata de una definición pretenciosa, ya que clientes se sientan en línea para que profesionales pongan en forma cada músculo del rostro. Estas entrenadoras personales en una sesión, según sea el programa contratado, revitalizan, drenan, despiertan con masajes, gua sha, pelota o máquinas, además de recorrer cada línea del rostro que desean activar y rejuvenecer.

La popularidad que han ganado estos espacios en la capital –para los que hay que reservar con antelación– es porque al finalizar cada hora de rutina es notoria la apariencia radiante que surge tras activar más de medio centenar de músculos. Aunque muchas personas llegan hasta sus sillones con propósitos más que estéticos, como tratar con las kinesiólogas a cargo programas especiales contra el bruxismo o congelamiento producto de estrés citadino.

La kinesióloga Natalia Rojas junto con la periodista y cosmetóloga Francisca Vorwerk son las fundadoras de SkinFit (@skinfit.chile), el gimnasio que partió a inicios de esta década y hasta donde llegó en febrero María Luisa Godoy antes de subirse a animar en la Quinta Vergara.

“Nosotras, por cerca de cinco años, estábamos desarrollando un concepto relacionado con la musculatura, alimentación, un cuidado más integral y fue así como nos encontramos con que estos espacios ya existían hace varios años afuera. Los vimos en Londres, Nueva York, Barcelona y en el DF mexicano, entre otras grandes ciudades”, cuenta Francisca.

“Así enganchamos con este concepto que está más conectado con lo que es un gimnasio, no tan spa. Con mucha investigación elaboramos una metodología que reúne distintas corrientes para el trabajo muscular, pero también el trabajo facial, la piel. Hay mucho estudio y ciencia por detrás”, agrega la periodista y cosmetóloga.

Y cuando se cruza el portón de su local –a pasos de la Clínica Alemana–, se siente ese espíritu distinto y lejano al ambiente spa. Hay champaña, cafecitos y un muy buen playlist pop para acompañar la sesión en la “barra de belleza” compartida.

Ese mismo ambiente social también se ve desde la vereda de la vibrante calle Alonso de Córdova. Allí, entre tiendas, galerías de arte, bares y restaurantes, se emplaza Skin Gym by Skin Factory (@skinfactory.cl). Hay coloridos en el antejardín, otras veces eventos.

Su dueña, Soledad Trivelli, dice que esta idea surge en diciembre 2020 para complementar su cartera de servicios de belleza. Vio que ya era un boom en Europa y en EE.UU. y que no existía en Chile. “Por temas logísticos de nuestras sillas –que son especiales para este tratamiento por su forma (¡maravillosas y únicas en el país, por cierto!)– terminamos abriendo en agosto 2021”.



**Fecha:** 11-04-2023  
**Medio:** Revista Velvet  
**Supl.:** Revista Velvet  
**Tipo:** Actualidad  
**Título:** A PONER TU CARA EN FORMA

**Pág.:** 42  
**Cm2:** 452.8  
**VPE:** \$ 494.024

**Tiraje:** 6.000  
**Lectoría:** 18.000  
**Favorabilidad:** ☐ No Definida



Relata que las técnicas que utilizan provienen de Japón y se fueron reforzando con el tiempo. “Por falta de entrenamiento y el paso de los años, la musculatura del rostro cede y pierde firmeza, como cualquier músculo del cuerpo, la gimnasia facial viene a ser una alternativa natural y no invasiva frente a esto”, explica.

Pero, en concreto, ¿qué es la gimnasia facial? Soledad explica: “Es un entrenamiento de alta intensidad no invasivo en donde se trabajan los más de 40 músculos que tenemos en el rostro para levantarlos, esculpirlos, reafirmarlos, estimular una mejor circulación y tensarlos, utilizando técnicas manuales y herramientas faciales. De forma fácil, segura y efectiva. Es ideal para drenar y oxigenar la piel y atenuar las líneas de expresión. Trabajamos también la zona de la papada (quijada), cuello y escote”.

Este tratamiento tiene una preparación específica de las profesionales a cargo de clientes que se sientan para sesiones que pueden ir, depende del objetivo, de 30 a 45 minutos hasta una hora completa.

“Todas las personas que trabajan en SkinFit son kinesiólogas que están capacitadas por nosotras. Además de una intensa instrucción inicial para seguir la metodología, hacemos constantes capacitaciones y evaluaciones. Estamos todo el tiempo perfeccionando y ajustando. La base existe, pero los detalles son los que hacen la diferencia ¡y la rueda debe estar girando siempre!”, dice Francisca Vorwerk.

En Skin Gym, como detalla su fundadora, tienen entrenamientos de 30 minutos de alta intensidad para trabajar el rostro “y puedes ir complementando y combinándolo con papada, cuello y escote”.

Para muchas personas este entrenamiento se confunde con el yoga

facial. La dueña de este enclave de Alonso de Córdova explica que son similares, pero no es lo mismo. “El yoga facial busca de alguna forma relajar la musculatura y estirar. En Skin Gym definimos la musculatura. El único masaje relajante es el del cuello. Como en cualquier entrenamiento, cuenta con entrada en calor, cardio y elongación”.

En Clínica Terré ([www.terre.cl](http://www.terre.cl)) también tienen este tratamiento no invasivo entre sus servicios, aunque no como formato barra. Desde ya cuentas de sus beneficios previos y posteriores a cirugías estéticas. “Los ejercicios provocan que los tejidos tengan una óptima irrigación sanguínea, permitiendo que se active la regeneración celular, favoreciendo considerablemente la cicatrización. Pos intervención, la fibra muscular recupera el tono más rápidamente con ejercicios, permitiendo que los tejidos se conserven mejor, ayudando a mejores resultados”, afirman en su web.

El boom –y demanda– por la gimnasia facial lleva a explorar nuevas formas de práctica: hay diversas apps que enseñan técnicas caseras de ejercicio (más sofisticadas que las de nuestras abuelas) –como Luvly, Face Fitness– y en estos días se planifica a nivel local el lanzamiento de la plataforma SkinFit Home, “para aquellas personas que quieren mantenerse en la casa o que están lejos o no pueden venir a nuestro estudio”, dice Francisca Vorwerk.

¿Los resultados de la gimnasia facial? Soledad Trivelli añade que desde la primera sesión se pueden apreciar a nivel de drenaje y una piel más “despierta”. “En la zona de los pómulos, cejas y ojos puedes ver cambios más rápido; para cambios más profundos es importante la constancia, es como ir al gimnasio del cuerpo, pero en la cara”. ■