FAMILIA

Año III. - Núm. 35 NOVIEMBRE Precio: UN PESO

EL ARTE DE SER BELLA

Ya os he hablado, en esta serie de artículos que tocan a su fin, del cuidado que toda mujer deseosa de agradar debe dar a este precioso dón que es un bonito cutis. Vuelvo otra vez hoy para responder al deseo que me han manifestado un buen número de lectoras que siguen con un interés que les agradezco, estas charlas mensuales.

El cutis debe ser claro y liso. No es indispensable que sea admirablemente blanco, pues un color demasiado albo os da un aspecto de mala salud. El tono de la piel debe armonizarse con los cabellos y los ojos. Si éstos son obscuros, el cutis debe tener un tono mate. En este caso hay que tener cuidado de no usar polvos blancos, pero sí los llamados Rachel, que tienen un ligero color amarilloso. He aquí la receta de unos polvos inofensivos y económicos que podréis preparar vosotras mismas.

Almidón fino	150 gr.
Polvos de iris	150 "
Acido salicílico	2 "
Geranium	10 gotas

Se mezcla todo muy bien y se guarda en un sitio fresco.

Esta es otra receta de polvos de arroz muy sencillos que recomiendo a aquellas que tienen tendencia a transpirar:

Geranium, 20 gotas.

Arroz, 1 cuarto de libra.

Se lava el arroz en agua fría y se deja que se hinche. Se cambia el agua cada cuarto de hora, durante cuatro horas, en seguida se extiende el arroz sobre una tabla limpia y se pone después en un paño y se estruja mucho. Se cambia a otra servilleta seca y se deja secar al aire. Una vez seco se muele en un mortero y se pasa este polvo por un pedazo de batista. Se le ponen después las gotas de geranium rosa, se revuelve mucho y se deja secar antes de usarlo. Se puede substituir el geranium por otro perfume cualquiera.

Otros polvos que se pueden hacer fácilmente en casa sin gran gasto son los siguientes:

Harina de almidón, 1 onza ½.

Polvos de licopodium, ½ onza.

Se mezclan y se perfuman al gusto. La harina de almidón constituye por ella misma un buen polvo, pero el licopodium lo hace adherirse al cutis.

Tened siempre la precaución de secaros los polvos de la cara con un poco de cold- cream

Me han pedido varias veces remedios para manchas rojas en la cara.

Es muy bueno lavarse la cara, varias veces al día con una infusión de tilo, tan caliente como se pueda aguantar.

Un tratamiento que siguen mucho en España es el de lavarse la cara con fresas.

También se emplea mucho la infusión de ortigas para lavarse la cara.

Un remedio francés muy usado y muy eficaz y también conocido en toda la Europa es:

Raíces de pepinos	1 onza
Narcisos	1 "

Mezclad estos elementos en un mortero y suavizar la pasta obtenida con agua de rosa y aplicad esta mezcla a la cara hasta que se seque. Laváos en seguida la cara con agua de lluvia o con jabón, aplicáos este tratamiento dos veces al día y al cabo de algún tiempo se habrá obtenido el objeto deseado.

Para evitar las arrugas, el tratamiento más eficaz es indudablemente el de no impresionarse por nada. Pero esta receta es más positiva:

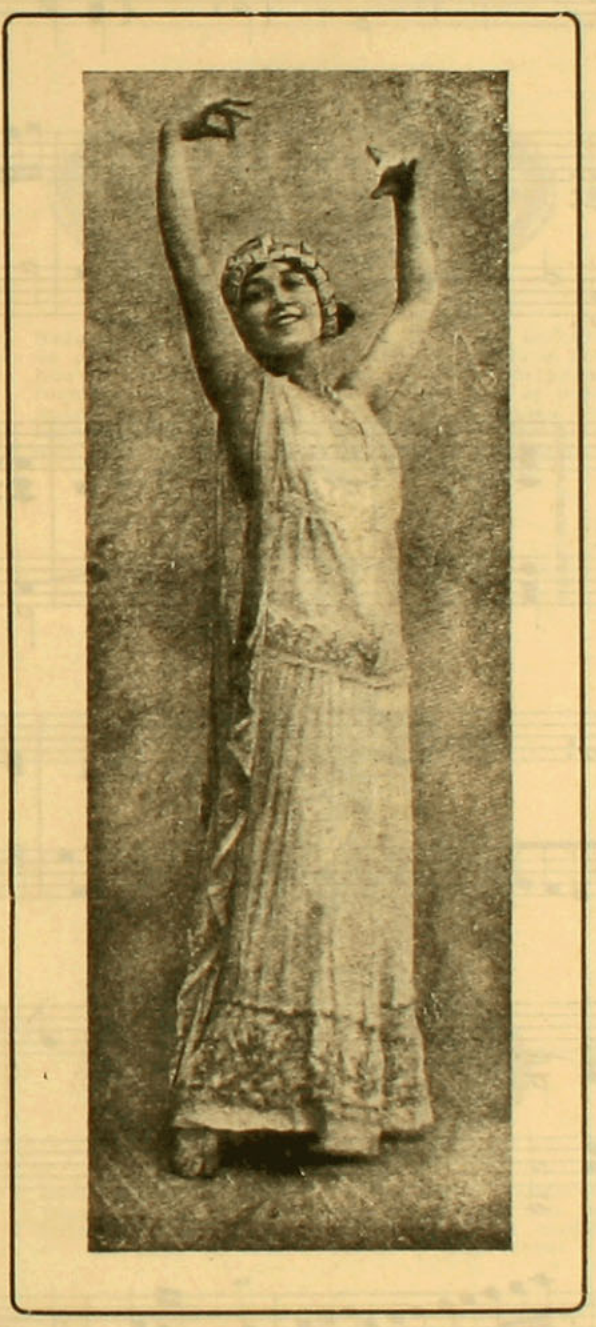
Tapioca	90 gr.
Tintura de benjuí	25 "
Agua estilada	1 litro

Se hace hervir la tapioca en agua hasta que los granos estén blandos, se le deja caer después gota a gota la tintura de benjuí y cada hora bañad vuestro rostro con esa loción alimenticia. El cansancio de los ojos y las risas son la causa de las arrugas prematuras que llamamos vulgarmente "patas de gallo".

Todas las noches antes de acostarse aplicáos una venda húmeda con la siguiente loción:

Almendras tostadas	16 gr.
Goma arábica pulverizada	10 "
Benjuí en polvo	10 "
Clavos de olor	10 "
Incienso en polvo	10 "
Agua de rosa	30 "
Alcohol	60 "

Se ponen todos estos elementos, a excepción del agua de rosas, al baño-maría y dejadlo ahí durante cuarenta y ocho horas mezclándolo de cuando en cuando con una cuchara. Se le deja caer el agua de rosas y se pasa todo por un linón muy fino.



Mme. Lina Cavalieri.—Una de las últimas fotografías de la autora de "El arte de ser bella", que está pronta a terminarse.

He aquí la receta de la célebre "agua de juventud" que usaron durante dos siglos las damas de la corte:

Glicerina pura	25 gr.
Borax	5 "
Agua de azahar	½ botella

Una amiga mía se aplica sobre la frente miel de abeja pura, persuadida que con eso evita las arrugas.

Esta receta da al cutis una hermosa transparencia:

Leche de almendras dulces	180 gr.
Alcohol	30 "
Agua de rosas	30 "

Las fricciones.—Ya os he hablado también de las fricciones, pero como tienen a mi parecer un rol tan importante quiero decir algo más sobre ellas. Las fricciones son efectivamente el agente más poderoso de la hermosura. Los guantes de alambre son indispensables y considerados como uno de los intrumentos más activos de la belleza.

Para las señoras que hacen poco ejercicio los baños no son suficientes para abrir los poros de la piel: hay que activar la transpiración por medio de las fricciones.

Usad paños de mano muy frizudos para pasarlos fuertemente por el cuerpo.

Lo que yo puedo recomendaros son los guantes de crin. Se comienza por frotar los brazos, las espaldas, en los codos se pasa unas diez veces con un movimiento rotativo.

Las manos que empiezan a envejecer se rejuvenecerán pronto con las fricciones de los guantes de crin. Frotáos las manos enteramente como cuando os laváis las manos: después se sigue con las piernas y el talle, y de ahí se sigue con las piernas hasta las rodillas, prolongando ésta hasta el bolsillo, y para terminar una rápida fricción en la planta de los pies: esto activa la circulación y calma los nervios.

Muchos médicos preconizan el masaje dentro del baño porque dentro del agua la piel se pone más suelta y se presta más para amasarla.

Esta receta puesta en el baño estimula la secreción de los poros al mismo tiempo que suaviza el cutis:

Agua de rosas	75 gr.
Glicerina pura	45 "
Agua	1½ litro

Se echa esta preparación al baño diez minutos antes de tomarlo.

Las españolas perfuman su baño con agua de azahar: las americanas le agregan afrecho en la siguientte proporción:

Afrecho	500 gr.
Agua de azahar	XII gotas

Esta otra receta suaviza y limpia la piel a la vez:

Almidón	1 cucharada
Extracto de violeta	XII gotas

En fin, para limpiar y blanquear el cutis esta otra receta es excelente:

Almidón	1 cucharada
Amoníaco	1 vaso grande

También se le puede poner a un baño de afrecho el jugo de dos limones:

A propósito de perfumes.—Quiero daros otra vez algunos consejos sobre los perfumes, cuya importancia es capital.

Cuando hayais escogido vuestro perfume favorito debéis usarlo en todo. Hacedlo poner en la cold-cream que usáis, en la loción para el masaje, poned en vuestras cómodas y roperos sachets impregnados con vuestro perfume.

Si usais perfume líquido, echadle al pañuelo, al vestido, pero nunca sobre el cutis, pues el olor de éste "mata" el perfume, mientras que la ropa lo conserva.

Si Ud. desea tener su departamento perfumado, tened siempre sobre la mesa o la chimenea un frasco destapado o quemad un poco de incienso. Ponedle polvos de sachet a los cojines, cortinas y guardad los pañitos blancos en cómodas perfumadas.

LINA CAVALIERI.