

Settimanale €1,20
Anno 59 - Numero 3
21 gennaio 2003

solo
1,20 euro

Bella

PER LE DONNE CHE AMANO L...

Dossier

**FAMIGLIA,
DOVE SEI?**

Album

**Tutte le foto
di Isabella Rossellini**

PSICOLOGIA

**Sai perdonare
o cerchi
vendetta?**

Claudio Amendola

**NON CE CAPISCO NIENTE,
MA VE PARLO D'AMORE**

**Vento di moda
dalla Scozia**



EDIT srl Canada \$ 5,50 • Francia euro 2,80 • Germania euro 2,80 • G.B. \$ 1,80 • Grecia (via aerea) euro 1,85 • Spagna euro 1,80 • Svizzera Frs. 3,30 • D. Torino Frs. 3,00 • U.S.A. N.Y. e Other \$ 4,50 • Sped. abb. post. art. 2 comma 20/b - 662/96 45% MI

Quando gli anni passano

Dopo i 40-45 anni, i segni dell'invecchiamento diventano un problema anche per lui. Perché così tardi? Perché, come spiega Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano, "fra la pelle maschile e quella femminile c'è un divario di circa cinque anni, che si mantiene inalterato nel tempo e ritarda per lui la comparsa delle rughe". Il merito va soprattutto al maggior numero di ghiandole sebacee (il sebo dà fastidio, ma è un ottimo antietà) e alla maggiore percentuale di collagene ed elastina presente nel derma.

◆ Il contorno occhi è il primo a segnarsi. Per mantenerlo più liscio e riposato meglio cominciare già intorno ai trent'anni ad applicare un prodotto specifico in gel che penetra rapidamente e non lascia alcuna traccia untuosa.

◆ Dopo i 35 anni è opportuno utilizzare un prodotto anti-age anche su tutto il resto del viso. Gli ingredienti sono simili a quelli dei prodotti femminili: acido salicilico, per stimolare il rinnovamento cellulare; retinolo, che attenua le rughe; oli vegetali, in grado di idratare e proteggere; vitamine A ed E, dalle caratteristiche antiossidanti. Nessun timore che la pelle possa risultare eccessivamente untuosa: le formule maschili, oltre a non richiedere alcun massaggio per l'applicazione, contengono di solito sostanze a effetto mat, che garantiscono un aspetto assolutamente opaco.

◆ Ottima anche l'abitudine della maschera ogni tanto, soprattutto se lui fa sport all'aria aperta e quindi rischia di avere la pelle arrossata e screpolata. In questo caso, soprattutto durante la stagione invernale, sono consigliate maschere molto idratanti a base, per esempio, di acido ialuronico, da applicare sul viso perfettamente pulito e lasciare agire per una decina di minuti. Ristorano la pelle e la rendono più morbida.

◆ Voglia di qualcosa di più efficace? Si può ricorrere alle infiltrazioni di acido ialuronico. Oltre a riempire le rughe, questa sostanza stimola anche la pelle e le dona un aspetto più turgido e liscio. Il trattamento si esegue dal medico estetico o dal dermatologo e non presenta controindicazioni.



Dalla testa ai piedi

Anche una breve doccia si può trasformare in un ottimo trattamento tonificante e rivitalizzante, ideale per affrontare la giornata in piena forma fisica. È necessario, però, seguire alcune regole.

◆ Meglio utilizzare uno shampoo-doccia, ricco di sostanze che assicurano la necessaria pulizia senza seccare i capelli oppure disidratare la pelle. L'ideale è inumidire prima il corpo (l'acqua dovrebbe essere regolata intorno ai 37 gradi), versare il prodotto su una spugna e poi massaggiare con una certa energia. Per lavare la schiena si può ricorrere alla classica spazzola in setole morbide con il manico che, quando la pelle è molto ruvida, può essere utilizzata su tutto il corpo anche prima della doccia sulla pelle asciutta, per favorire il distacco delle cellule morte.

◆ Poi si inumidisce la testa e si massaggia lo shampoo con i polpastrelli, partendo prima dalle tempie e dalla nuca, poi procedendo verso il centro. Così, stimolando la microcircolazione, si favorisce l'irrorazione dei bulbi capilliferi, si contrasta l'assottigliamento e la perdita dei capelli.

◆ In ultimo è bene concludere con un breve getto di acqua fresca che stimola la circolazione, tonifica i tessuti e aiuta a ripartire con energia.