

SETTIMANALE

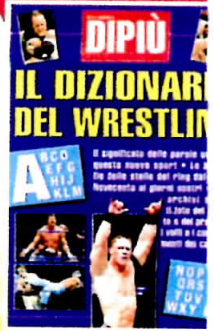
10 OTTOBRE 2005 N. 40

1.000.000  
di copie

DA STACCA

# DIPIÙ

CAIRO EDITORE € 1,00 (IN ITALIA)



## LE WINX

Ecco come sono nate le fatine della TV

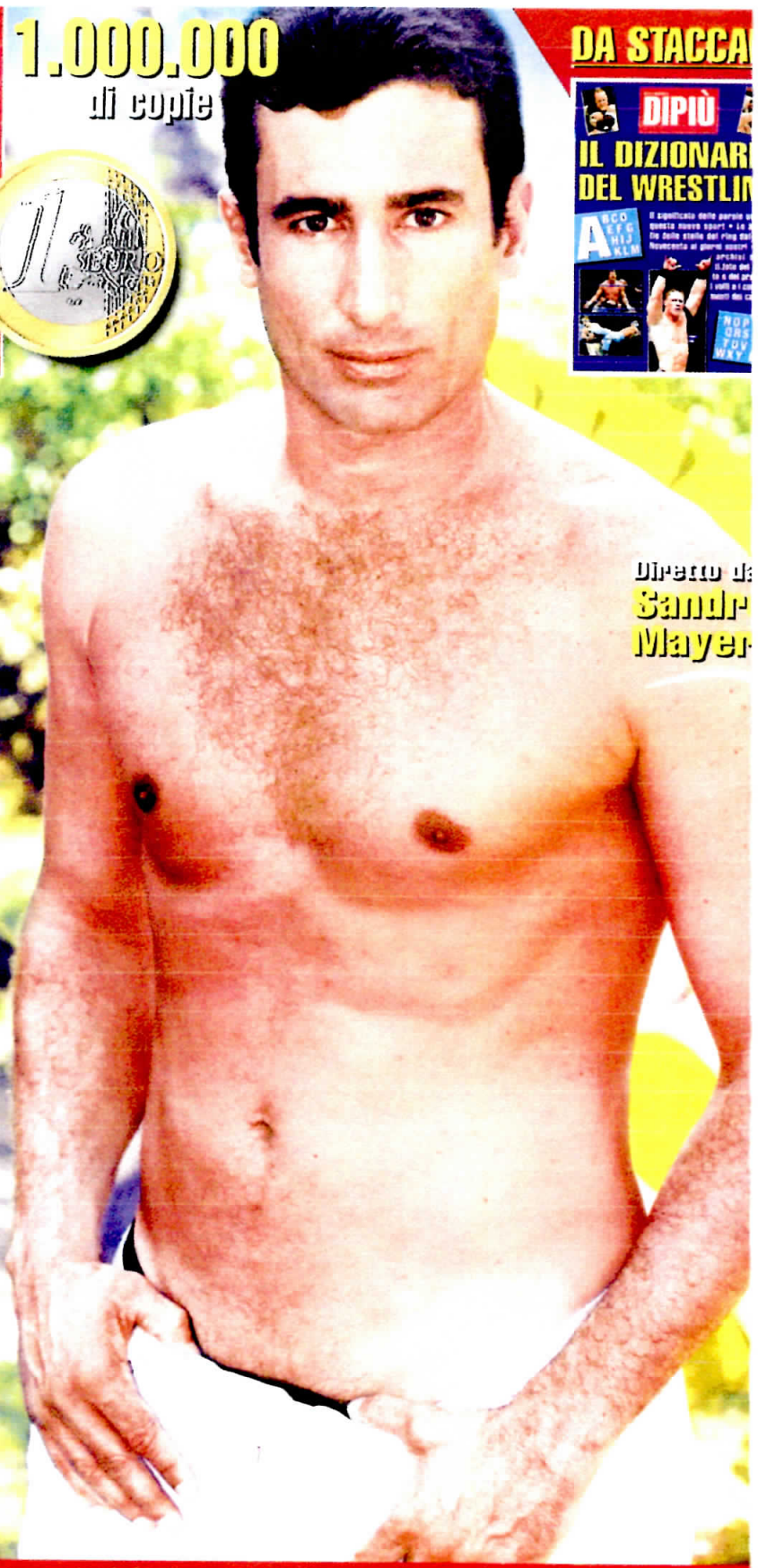
Conclave: svelati i segreti



**ALBANO**  
mai visto così



**ALESSANDRA**  
SI E' OPERATA  
AL NASO



Diretto da  
**Sandra Mayer**

Calissano spiega perché era depresso e drogato

**QUESTA ESTATE HO PERSO IL FIGLIO  
CHE LA MIA COMPAGNA ASPETTAVA**



## Consigli di BELLEZZA

# Autunno: è tempo di curare la pelle

Ecco i rimedi per difendere la nostra epidermide dall'aggressione di agenti atmosferici e inquinanti • L'igiene è la base per proteggerla e mantenerla

di Ida Bini



Ecco una guida sulle novità delle mousse che si prendono cura di pelle e capelli. 1) Lactacyd intimo, a base di acido lattico, rispetta il naturale livello di pH della pelle nell'igiene intima. 2) Il sapone per pelli delicate Latte di Avena Mousse L'Angelica contiene oli essenziali e le proteine del latte. 3) Oxy depilmousse, con olio di mandorle e aloe, è una schiuma depilatoria per gambe e braccia con erogatore spray. 4) Ideale per il bagnetto, la mousse Infinite Dolcezza di Chicco deterge le pelli delicate dei bimbi. 5) La mousse doccia rinfrescante al profumo di zucchero filato della linea Miss Milkie di Pupa contiene le proteine e gli zuccheri del latte. 6) La mousse riparatrice Biopoint, con erogatore ecologico, protegge, nutre e modella i capelli rovinati dal sole dell'estate. 7) È morbido e da sfumare l'ombretto Mousse Appeal di L'Oréal Paris. 8) Deterge la pelle la Mousse Oligo 25 di Vichy con manganese e polididrossido. 9) La mousse Nutrymenti di Olos, a base di estratto di zucca, deterge la pelle.

### I NOSTRI CONSIGLI

**S**e utilizzate le schiume per i capelli, ricordatevi di applicarle sui capelli umidi.

• Provate a usare mousse detergenti profumate per i vostri bambini al momento del bagno: si divertiranno con la schiuma soffice e si lasceranno lavare.

• Se volete una maschera per il viso, delicata e schiumosa, ecco una ricetta della nonna: schiacciate una fettina di zucca e alcuni semi, mescolate il tutto con un po' di miele e lasciate in posa sul viso per qualche minuto. La vostra pelle sarà pulita e levigata.

**D**opo l'estate gli sbalzi di temperatura, il vento, la pioggia e l'aumento dell'inquinamento di questo periodo autunnale fanno soffrire la nostra pelle, che è la parte più esposta agli agenti atmosferici. In particolare le polveri dello smog, che si depositano sui pori della pelle impedendole una corretta respirazione, sono elementi molto nocivi perché favoriscono la formazione dei radicali liberi (cioè le scorie), ne accelerano l'invecchiamento e provocano una variazione del pH cutaneo (l'acidità) con un conseguente aumento della sua sensibilità. Come possiamo difenderci dalle aggressioni esterne? Che cosa si può fare quando la nostra cute appare spenta, affaticata e senza tono?

### Lavatevi il viso con accuratezza

Lo chiediamo al professor Antonino Di Pietro, dermatologo e presidente dell'Isplad, la società internazionale di dermatologia plastica. «Innanzitutto dobbiamo ripristinare l'acqua che la nostra pelle ha perso durante l'estate con il sole, il caldo e la salsedine, e per farlo dobbiamo ricreare uno strato cutaneo più compatto che, appunto, trattenga l'acqua», spiega il professore.

Una cute ben idratata, quindi, è più luminosa, forte e sana e invecchia molto più lentamente. Per mantenerla è importante detergersi il viso almeno due volte al giorno, al mattino e alla sera, ed è necessario scegliere i detergenti, sia che si tratti di saponi liquidi o in crema sia che si tratti di

emulsioni o di mousse, adatti al proprio tipo di pelle. «La chiave per una corretta pulizia è trattare l'epidermide in modo delicato», prosegue il professor Di Pietro. «Quando ci laviamo il viso è bene usare l'acqua tiepida e salvare con i detergenti il film idrolipidico, cioè la sottile pellicola che riveste la pelle e che funge da difesa e protezione contro l'attacco degli agenti esterni dannosi», spiega il professor Di Pietro.

### Peeling e una sana alimentazione

Anche quando ci si lava, curiosamente, bisogna prestare attenzione al tipo di acqua che si utilizza: più forte è la concentrazione di sali e di minerali, più la pelle si disidrata. Per questo motivo l'acqua "dura", cioè ricca di calcare, presente nelle case di molte regioni italiane, andrebbe evitata perché è particolarmente disidratante. Come accorgersene? Facile: con l'acqua "dura" il sapone fatica a sciogliersi.

Oltre al normale lavaggio è di grande utilità anche un delicato trattamento di peeling che, eliminando lo strato epidermico sciuipato, rinalizza la pelle rendendola più luminosa e più ricettiva ai principi attivi delle creme cosmetiche. Per dare alla pelle quel turgore e quella morbidezza, che stanno alla base della sua bellezza, è necessario anche seguire una corretta alimentazione, ricca di vitamine e di antiossidanti. Questi ultimi, presenti soprattutto nella verdura e nella frutta, contrastano la formazione dei radicali liberi, responsabili dell'invecchiamento della pelle.