

www.mondadori.com/donnamoderna

# DONNA MODERNA

Settimanale femminile  
di moda, attualità,  
cronaca e spettacolo

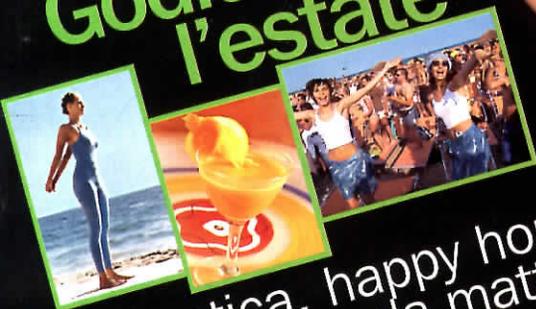
14 AGOSTO 2002  
Anno XV N. 33

€ 1,80

MONDADORI

CON I.P. SPED. IN A.P. 45%  
ART. 2 COMMA 20/B  
LEGGE 662/96 - VERONA  
BELGIO € 2,23  
FRANCIA € 3,00  
GERMANIA € 3,20  
GRECIA € 2,05  
LUSSEMBURGO € 2,30  
PORTOGALLO € 2,00  
SPAGNA € 1,80  
SVIZZERA CHF 3,70  
SVIZZERA CANTON  
TICINO CHF 3,50  
UK LGS 1,95

## Goditi l'estate



Ginnastica, happy hour,  
musica: da mattina a  
sera le spiagge aprono  
al divertimento Pag. 69



**Il sole  
in barca**  
Ecco i prodotti  
per un'abbronzatura  
che dura Pag. 92

# Dossier La dieta dei 4 colori

Metti nel piatto qualcosa di rosso per proteggere la  
pelle ■ di verde per depurarti ■ di giallo per ringiovanire  
■ di arancione per sentirti piena di energia Pag. 79

di Sara Fiandri  
foto di Masi  
still life di Mda Studio

bellezza

# il beauty da barca

Un bagno al largo in gommone. Il giro delle isole a vela. Una vera crociera in nave. Cosa portarsi? Pochi prodotti, ma speciali. Per sapere quali sono, leggete queste pagine

**U**na vacanza su un romantico yacht. Un giro delle isole in barca a vela. O, più semplicemente, una veloce uscita in gommone per andare a fare il bagno al largo. Avete in programma di "navigare"? Concentratevi più del solito sulla vostra pelle: acqua e salsedine, sole e vento rischiano di rovinarla. Per godervi la vita di mare senza contrattempi e brutte sorprese, avete bisogno di un beauty case particolare. Con l'aiuto del dermatologo Antonino Di Pietro e dell'hair stylist Franco Curletto, vi riveliamo tutti i "sì" e i "no" per abbronzarvi bene, per proteggere i capelli e per essere sexy come una sirena.

**1** Per combattere la salsedine e sentirvi fresche e profumate, spruzzatevi un'acqua idratante. C'è **Heliosystem Aqua Sun di Intégrée** (nei centri estetici). **2** Il doposole? Mettetelo tutti i giorni. Provate **Soin Réparateur Visage e Après Soleil Irisé di Clarins** (da 22 euro). **3** Usate un detergente "2 in 1", così risparmiate spazio. C'è **Red Sun Shampoo Doccia di Erilia** (dal parrucchiere).

le barche piccole, non c'è la possibilità di rifugiarsi all'ombra. E la gita può diventare spiacevole anche se ve ne state vestite.

**si** Scegliete prodotti resistenti all'acqua. Così non dovrete riapplicarli dopo ogni bagno. Una sola confezione vi basterà per tutta la vacanza.

**no** Gli oli abbronzanti non proteggono abbastanza. E possono rendere scivoloso il ponte della barca, aumentando il pericolo di cadute e scivoloni.

**si** Ottimo il latte solare: ha una consistenza leggera che si asciuga subito, senza ungere la pelle.

**no** I barattolini di gel o "marmellate" solari non hanno filtri, quindi rischiate di scottarvi. Senza contare che si possono rovesciare facilmente, sporcando e unguendo dappertutto.

(segue a pagina 94)





1



2

1) Mettete un solare in gel: si assorbe subito senza tracce di unto. **Bronze Active Gel Waterproof di Avon** (10,50 euro) resiste anche al sudore. 2) Usate filtri solari molto alti: in barca è più facile scottarsi. Provate **Body Spray, Face Cream Lip Eye di Clinique** (da 15 euro). 3) Vi siete scottate? Un prodotto che dà sollievo è **Foille Sole Spray di Sanofi** (6,50 euro, in farmacia).



3



4

4) Portate pochi trucchi in barca. Gli ombretti in polvere sono facili da stendere. Come **Pure Color Eye Shadow**. Per le labbra basta un rossetto metallico o un gloss dorato. Come **Pure Color Lipstick** o **Pure Color Gloss**. Attenzione alle unghie delle mani e dei piedi. Prima di partire fate un'accurata manicure e pedicure. Poi scegliete uno smalto nei toni pastello. Come **Pure Color Nail Lacquer**. Tutto di **Estée Lauder** (prezzi da 16 euro).

un gel anti Uv. Oltre a formare una pellicola protettiva intorno al fusto, mantiene la testa in ordine anche con il vento forte. E si elimina con pochissima acqua.

**no** Fate a meno dei fermacapelli con la clip in metallo. Dopo qualche giorno di mare, i capelli tendono a diventare aridi. E le mollette d'acciaio possono spezzarli e indebolirli ancora di più.

**si** Scegliete elastici di spugna: sono morbidi, pratici e non fanno danni ai capelli.

**no** Evitate il phon: approfittate del vento e regalate un periodo di tregua ai capelli, già sotto stress.

**si** Se proprio non potete rinunciare alla piega perfetta per la sera, portate con voi una spazzola elettrica: sostituisce quella classica e fa anche da phon.

**no** Sotto il sole, evitate i prodotti oleosi che proteggono i capelli. La sera vi occorrerebbe molto tempo (e molta acqua) per sciacquarli via e rischiereste di ritrovarvi con la testa appiccicosa.

(segue da pagina 92)

**si** Ricordate uno stick a protezione totale: potete usarlo come burro di cacao sulle labbra o come barriera in caso di rossori.

**si** Le acque idratanti per il corpo sono utilissime. In barca, di solito, non c'è molta acqua dolce, quindi non è possibile fare docce frequenti. Con questi prodotti potrete eliminare un po' di salsedine, rinfrescare la pelle e regalarvi una sensazione piacevole.

**no** Le creme anticellulite possono contenere elementi "fotosensibilizzanti". Vale a dire che, al sole, a volte provocano macchie.

**si** Lo shampoo-doccia "2 in 1" è molto pratico. Puntate sui prodotti con sostanze come l'aloè vera e le proteine della seta: idratano la pelle e rinforzano i capelli.

**no** Il balsamo, di solito, ha un flacone piuttosto grande. Sostituitelo con delle capsule vitaminiche: sono monodose e basta massaggiare il loro contenuto sui capelli per proteggerli, lucidarli e renderli facili da pettinare.

**si** Sempre per i capelli, è utile

**club** per informazioni  
0277721198  
Vai a pagina 17. Troverai proposte pensate per te a prezzi speciali