

GENTE

La mappa
delle spiagge
più pulite

ETTIMANALE DI POLITICA, ATTUALITÀ E CULTURA

**ELISABETTA E MADDALENA
SE NE VANNO E IL PUBBLICO
DI "STRISCIA" PROTESTA**



**Non licenziate
le Veline**

**Perché manca
l'acqua a Palermo**

MONDIALI



**Ecco gli
Azzurri**

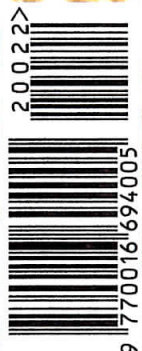
A CUCINA CINESE
Le ricette
per farla
in casa



**La Carlucci più giovane che mai
in TV per il concertone di Pavarotti**

Milly

**A 47 anni sembra
una ragazzina:
ecco il suo segreto**



Come rigenerare la pelle

Dopo l'inverno l'epidermide ha bisogno di attenzioni special

di Barbara Lalli

È normale, che una volta tolti berretti, cappotti e giacche, la pelle, coperta a lungo, abbia bisogno di trattamenti perché appare asfittica, più arida e disidratata. Che cosa fare allora, passo per passo, per prepararla alla bella stagione?

Lo domandiamo al professor Antonino Di Pietro, specialista in Dermatologia plastica a Milano e docente presso la facoltà di Medicina di Pavia. «Bisogna innanzitutto stimolare la circolazione cutanea, attraverso una strategia globale che prevede la sinergia fra peeling profondo e massaggio (lo fanno nei migliori istituti estetici specializzati) utilizzando, per quanto riguarda il peeling, scrub delicati a base di oligoelementi misti a sostanze esfolianti (come l'acido glicolico a basso dosaggio) per togliere completamente le cellule morte, dare alla pelle una levigazione superficiale e stimolare il rinnovamento cellulare, cioè permettere alla pelle nuova di riformarsi più velocemente.

«E il massaggio?».

«Deve essere eseguito da mani esperte in modo da drenare i liquidi in eccesso e stimolare quindi la circolazione periferica (in questo modo, non solo la pelle riacquista turgore e un bel colorito,

diventando più forte rispetto agli agenti esterni, ma anche il corpo si "rimodella"».

«Quali altri passaggi sono obbligatori per rimettere in forma la pelle?».

«Se parliamo da un punto di vista puramente estetico, credo che in questo periodo bisogna intensificare la cura esterna del corpo che comprende anche l'eliminazione dei peli superflui (giustificata anche dal fatto che si indosseranno abiti più leggeri), fenomeno che interessa molto anche gli uomini».

«Quali metodi è meglio utilizzare?».

«Il più efficace è il laser (si usa quello ad alessandrite), ma richiede più sedute perché è evidente che al primo passaggio, se i peli sono in fase di ciclo vitale, non tutti vengono subito eliminati. Poi c'è lo svantaggio che il laser "vede" solo i peli scuri».

«E chi ha i peli chiari, per esempio biondo-rossicci?».

«Allora resta solo la ceretta, ma attenzione, perché chi soffre di capillari evidenti deve evitare quella a caldo e comunque consiglio sempre a tutti, dopo lo strappo, di ricorrere a

I COSMETICI INDISPENSABILI PER LE CURE DI STAGIONE

Per tutte le donne che vogliono combattere la cellulite più resistente, Vanity Line (numero verde 199761111) propone Friogel, un trattamento che si massaggia sul corpo dal basso verso l'alto e insistendo sulle zone più critiche (euro 14).

Alle donne che soffrono di aridità cutanea sulla pelle del corpo, in particolare nella zona dei gomiti e in quella delle ginocchia, si consiglia Nutrilift Latte Corpo di L'Oréal Plénitude, euro 10,22, ricco di vitamine preziose per il nutrimento della pelle.

Per chi vuole depilare le zone delicate come ascelle e inguine c'è il Sapone Depilatore Depilsoap della linea Classic di Cadey, ricco di sostanze emollienti (euro 6,65) e quindi dolcissimo sulla pelle (può essere usato anche su tutto il resto del corpo).

Alle donne, infine, che chiedono dopo il bagno oppure la doccia un trattamento setoso e ammorbidente, da poter usare tutti i giorni sulla pelle ancora umida, si consiglia Dove Body Silk, una crema arricchita da ingredienti idratanti (euro 5,15).

oli emollienti rinfrescanti al mentolo oppure, la sera, a impacchi di camomilla fredda».

«Che cosa altro bisogna fare quando il corpo si "scopre"?».

«Bisogna sicuramente potenziare idratazione e nutrimento con cosmetici alle vitamine (C, E), e sostanze ricom-

pattanti per lo strato corneo come i fosfolipidi (si fanno degli impacchi perché sono facilmente reperibili nelle farmacie)».

«E chi soffre di cellulite?»

«In questo caso la strategia deve essere globale, una migliore alimentazione, più sana a base di frutta, verdura proteiche, niente grassi o fritti e superalcolici, una modesta attività fisica continuativa (40 minuti alla palestra preferisco le lunghe nuotate in piscina avanti indietro) e infine cosmetici a base di centella e di ippocastano dalla forte azione drenante (elimina i liquidi in eccesso)».

ancora quel fascioso se so di goccia di goccia...».

