

GIUNTA & CO

N. 6 14 febbraio 2006
Italia € 1,00

**SPECIALE
LE PAGINE
SHOPPING**

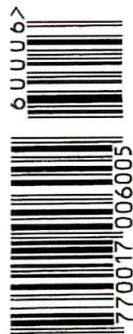
**UOMINI
SEX
SYMBOL
IERI E
OGGI**

**AAA.
COMPRO,
VENDO,
SCAMBIO**

**AMORE E
LAVORO
IL MARKETING
DELLA
SEDUZIONE**

GUIDA MODA

COSA SI USA?



BELLEZZA

A boccoli evidenti o mossi con onde morbide: libertà totale nello styling. Purché i capelli siano sani, lucenti e folti. Tecniche, consigli e trattamenti

Servizio di Ginevra Falzoni
foto Claus Wickrath - testi Barbara Lalli
still life Alberto Serafino

Lucentezza E' la parola d'ordine per ogni tipo di capello, riccio o liscio, colorato e non. E una chioma corposa e brillante deve essere morbidissima. Per capelli splendidi come quelli della foto, Phytosésame Maschera idratazione express all'olio di sesamo di Phyto (in farmacia).



idratazione

1 Nella linea Pantène Anti-Rottura, la nuova Crema Intensiva protegge i capelli e li rende elastici, a prova di phon e spazzola (€ 6,89) 2 Una "lacca" originale che non secca i capelli, ma li rende morbidi e sempre in piega. Climate-Proof, Shine-Enhancing Non-Aerosol Spray tm di Kiehl's (€ 16,60) 3 Modella e fissa ogni tipo di pettinatura, super idratandola. Ha un fissaggio medio e non unge Gel Aqua+ di Biopoint (€ 6,40) 4 Wella Pro Hair, innovativa per i suoi componenti vegetali, propone nella gamma per capelli colorati il Balsamo Care for Color (in profumeria, € 9,50) 5 Problemi di caduta o solo di doppie punte. D'obbligo rinforzarli con Siero Corporizzante di Exilia a base naturale. Protegge e ristruttura in profondità (dal parrucchiere, € 6,89) 6 Modellare ogni tipo di capello: ci pensa, nella linea Osis+ di Schwarzkopf Professional, Volume Shot (€ 13,50).



capelli folti e stupendi come tutte vorremmo avere. Non solo un dono della natura, ma anche frutto di cure costanti e di uno stile di vita sano. «Da non trascurare l'alimentazione, in particolare la qualità dei cibi e dei loro nutrienti,

che è fondamentale per ottenere e mantenere capelli sani», spiega il professor Nicola Sorrentino, nutrizionista a Milano «per esempio le indispensabili proteine "ad alto valore biologico" come uova, latte e derivati». E chi è intollerante? «Può benissimo sostituirli con proteine vegetali, sempre effi-

caci, come soia, lenticchie, ceci e fagioli», continua l'esperto «sempre da unire agli oli vegetali per la presenza di acidi grassi insaturi, emollienti e nutrienti per i capelli. Anche il pesce non deve mancare sulla tavola, grazie alla presenza degli omega 3. Utili, anche come condimento, olio di borragine e olio di enotera, ricchi di omega 6 che favoriscono il metabolismo capillare e migliorano il bulbo pilifero».

Cosa ne pensa il dermatologo

Se pensate che i capelli ricci siano più forti di quelli lisci, non sempre è vero. «Tutti i tipi di capelli possono essere forti o deboli», spiega il professor Antonino Di Pietro, specialista in Dermatologia plastica a Milano «ma è pur vero che, per la loro speciale curvatura, di solito i capelli ricci si autoprotettono meglio dagli agenti esterni». Indipendentemente dal tipo di capelli, come mantenerli in salute, forti e lucenti? «Innanzitutto, mai usare shampoo troppo sgrassanti che danneggiano le cuticole e "staccano" le cellule di cheratina lasciando i capelli più aridi, opachi, senza vita. Da ricordare poi, che proprio al momento del lavaggio, anziché sfregare violentemente lo shampoo sul cuoio capelluto, bisognerebbe fare un massaggio morbido e stimolante di almeno cinque minuti, sollevando delicatamente la cute per riossigenare la pelle e migliorare la microcircolazione locale. Il massaggio regolare è anche un ottimo sistema di prevenzione anticaduta dei capelli».

shampoo & doposhampoo

1 Riccioli poco elastici, arruffati, senza forma. L'induzione e Balsamo Modella Ricci di Nivea Hair Care, ricco di Aloe Vera, restituisce naturalità e movimento. (€ 2,99) 2 Con Shampoo Essential Care di Dove, la chionia si rinforza già al primo lavaggio e si difende dalle radici alle punte (€ 3,05) 3 Il Balsamo Crema Fortificante Oil Repair di Garnier Fructis, Chioma Riparatrice Effetto Brillantezza fortifica e nutre in profondità (€ 3,50) 4 Nella gamma Blu/Ossange Ricci Style, lo Shampoo Rivitalizzante forma e controllo per domare i capelli più ribelli. A base di olio di passiflora ed estratto di papaia (€ 9) 5 Dedicato alle più sportive o a chi è abituato a lavarsi i capelli tutti i giorni. Shampoo Multivitaminico Extra-Delicato di Collistar, nella Linea Day Frequente (€ 9,50).

Consigli
post-lavaggio

«Il primo trattamento è il balsamo», afferma il professor Di Pietro «che, oltre a tenere unite le squame come un collante, è anche un lubrificante dei capelli e li rende quindi morbidi ed elastici». E la maschera? Che cosa la rende diversa dal balsamo? «La maschera offre anche un plus di nutrienti al cuoio capelluto. Ma, soprattutto, permette di far penetrare con maggiore efficacia sui capelli sostanze idratanti e nutritive. Fondamentale è il tempo di posa necessario per stimolare anche la microcircolazione locale. Sono favorevole inoltre alle fiale anticaduta, ma solo a quelle ricche di sostanze naturali come gli omega 3 e 6 o a base di estratti vegetali (fitoestrogeni) che rivitalizzano i capelli e contrastano gli effetti negativi di tipo ormonale. Le fiale vanno sempre applicate su capelli umidi e puliti, con un leggero massaggio che aiuta a far penetrare i preziosi principi attivi», conclude il dermatologo.

La psicologa
dice che...

I capelli restano sul pettine? «Corpo e psiche sono strettamente collegate», spiega la dottoressa Monica Tronconi, psicologa del Centro Maba - Centro per Mamma e Bambino a Milano «e se si verifica un segnale fisico conseguente a un problema psicologico, occorre autoaiutarsi, senza drammatizzare il problema, ma fermarsi per trovare soluzioni rilassanti su misura (yoga, tai chi o meditazione). Chi proprio non riesce a farlo da sola, può rivolgersi per un consiglio a un esperto per un colloquio, che non deve essere necessariamente uno psicologo, ma anche un counselor».

