



SPECIALE
MARATONA

42

TRUCCHI
DA CAMPIONE

AFA
A AL

insegna
grande
nis dei
meri Uno

SPORTAMI A NUOTARE

Federica Pellegrini
e Linus uniti
per la vasca

ventura <<
mai provato
in Gran Canyon?

Salute
apri i tuoi limiti
quando ti alleni

vola <<
presa! Anche
omodoro ingrassa

PASSIONI

Il ballo latino
è sempre di moda





LO SPECIALISTA

Prof. Antonino di Pietro, dermatologo

RICORDATEVI CHE LA PELLE HA SETE

Lunghi bagni di sole per una pelle abbronzata da sfoggiare al rientro dalle vacanze, costanza, arrossamenti, ore e ore in posizioni strategiche per non privarsi neppure dell'ultimo raggio! E poi?

Il rientro, l'aria condizionata, i vestiti, l'inquinamento e in poco più di tre settimane si riprende il solito pallido colorito cittadino. Tutto normale, si tratta di un processo inevitabile ma anche rimandabile, basta mettere in atto qualche piccola strategia, che andiamo ad analizzare qui sotto.

Il primo passo per una abbronzatura perfetta e duratura è l'acquisto di una buona protezione contro i raggi nocivi del sole. Il mercato ne propone moltissime, la scelta è del tutto individuale, basta sempre però tenere conto del proprio fototipo.

Le scottature sono dannose, e non danno solo bruciore e irritazione momentanea, ma invecchiamento precoce dell'epidermide, disidratazione e comparsa di macchie scure. Chi ben inizia quindi è a metà dell'opera, protezione uguale abbronzatura sana e duratura, e per conservarla luminosa a lungo ecco i suggerimenti del dottor Antonino di Pietro, dermatologo a Milano.

Dopo l'esposizione al sole, la pelle davvero assetata, necessita di idratazione, ecco la necessità dell'uso costante e abbondante di creme doposole idratanti ed emollienti, che mantengano e preservino elasticità e compattezza.

Da non sottovalutare, la deterzione quotidiana, causa principale dello sbiadirsi del colorito. Indispensabile anche in questo caso, tanta acqua ma unita a bagnischiuma poveri di tenso-attivi e ricchi di oli detergenti poco schiumosi, che evitino di seccare ulteriormente l'epidermide.

Se l'abbronzatura, svanendo, ha lasciato antiestetiche macchie scure, ecco in nostro soccorso gli scrub che, eliminando dall'epidermide le cellule superficiali morte, rendono la pelle liscia e uniforme, preparando la base per una nuova tintarella. Chi non può concedersi weekend dopo l'estate, può ricorrere all'aiuto di prolungatori d'abbronzatura o ai nuovi autoabbronzanti, leggeri, naturali e che non lasciano sulla pelle l'odore davvero sgradevole di quelli della prima generazione.

In crema, gel o spray, agiscono sullo strato superficiale dell'epidermide, ma il risultato sarà perfetto solo se verranno applicati in modo uniforme per evitare "spiacevoli macchie a leopardo". E poi non dimenticatevi di lavare sempre con cura le mani dopo la stesura sul viso e sull'epidermide in generale per non sembrare incalliti fumatori!

Gli Integratori alimentari in capsule, da assumere preferibilmente prima e anche durante l'esposizione al sole, sono un valido aiuto perché migliorano il microcircolo e mantengono un'idratazione profonda. Ma ricordatevi che non possono sostituire le creme protettive che svolgono soprattutto una forte azione diretta e locale.

E CI SONO ANCHE QUESTE



1



2



4



1. BOTTEGA VERDE Scrub attivo levigante al Caffè Verde 200 ml, euro 13,99. Ad azione esfoliante.

2. STELLA MCCARTNEY Gommage Cristallisé à la Rose 200 ml, euro 38. Con cristalli di sale e zucchero, per un efficace effetto gommage, protegge, lenisce e nutre.

3. COLLISTAR Talasso-Scrub 700 g, euro 37,50. L'azione dei sali marini, combinati con oli vegetali, rivitalizza e rinnova l'epidermide.

4. YSL Gommage Exfoliant pour le Corps Opium 200 ml, euro 38. Crema ricca di microgranuli, arricchita con latte di mirra ed estratto di fiore di papavero, ammorbidisce e rigenera.

5. CHANEL Gommage Microperlé Hydratation Precision 75 ml, euro 35. Per pelli disidratate e fragili, idratante ed emolliente, esfoliante.

6. HELIOCARE ORALE 60 capsule, euro 29. Integratore al thé verde e betacarotene, protegge la cute e previene eritemi.



Rompete le rughe

BIOThERM HOMME Age Refirm
50 ml euro 54,50

Trattamento intensivo anti-rughe, rassodante al silicio puro e ai biopeptidi stimolanti. Favorisce la riduzione delle rughe e aiuta a combattere la perdita di tono della pelle, rafforzandone la struttura cutanea. L'estratto puro di Plancton Termale rigenerante, rinforza il sostegno della pelle, attenua visibilmente i segni dell'invecchiamento rendendola più compatta e potenzia l'idratazione cutanea migliorando la qualità della pelle. Sulla pelle pulita, applicare la mattina e/o la sera su tutto il viso e sul collo stendendola dall'interno verso l'esterno.

