

sorrisi e canzoni

TV

Il mensile per la famiglia in forma

Salute

CHE GAMBE!

- ➔ più toniche in 10 trucchi
- ➔ più sgonfie in 1 weekend
- ➔ più belle in 3 mosse

BELLEZZA

10 anni di meno

Il lifting non serve, bastano i nuovi antirughe in crema

ALIMENTAZIONE

Pranzo di Pasqua

Sistemi infallibili per riciclare gli avanzi

SALUTE

Conosci i tuoi diritti?

Tutto quello che puoi pretendere dal medico

La ricetta della

FELICITÀ



11 PERSONAGGI FAMOSI SVELANO IL SEGRETO DELLA LORO ALLEGRIA

IN PIÙ
Il test per scoprire
che cosa ti rende
davvero contenta

DOSSIER

Se non sei tra **gli 8.000 irriducibili del ritocco** ch

Altro che bisturi

servizio di Stefania Lupi
 (con la consulenza del professor Antonino Di Pietro,
 presidente della Società italiana di dermatologia
 plastica ed estetica - Isplad)

Tutte noi donne vorremmo essere più giovani, ma senza arrivare al bisturi. Oggi ci sono i nuovissimi antirughe. Sono in grado di **riprodurre effetti molto simili a quelli di un lifting**. Scopriamo come (e perché) funzionano



CRISTINA PARODI

«Sono più bella oggi di dieci anni fa»

«**P**aura delle prime rughe? Ma se le ho già... Sono una che usa molto i muscoli del viso, i primi segni di espressione si vedono eccome. E poi, ci ho messo 39 anni a farmeli venire, ora me li tengo!». Cristina Parodi, giornalista e conduttrice di «Verissimo» su Canale 5, mamma felice di tre bimbi, non ha paura del tempo che passa. Ma non fa fatica a riconoscere che correrebbe subito ai ripari, il giorno che la sua pelle dovesse mostrare i primi veri cenni di cedimento: «Certo, mi precipiterei a farmi le punturine di collagene. Ma il bisturi no, a quello non ricorrerò mai. Mi fanno orrore le donne tutte uguali, con gli stessi zigomi, le stesse labbra. Il mio è un volto dai lineamenti classici: preferisco restare me stessa con qualche ruga in più, piuttosto che diventare identica a mille».

Come si prende cura del suo viso?

«A dire il vero, non è che lo riempia di

tutte queste attenzioni. Ma sono tranquilla lo stesso finché c'è Monica, la truccatrice Mediaset che mi segue dai tempi del mio primo programma "Calciomania". Grazie a lei, la mia pelle è più bella oggi che dieci anni fa».

Possibile?

«Sceglie le creme più adatte a nutrire la mia pelle secca, mi fa "miracolosi" impacchi a base di acido glicolico per schiarire e levigare. Nelle occasioni speciali mi spalma quelle miracolose e costosissime fialette che danno al viso una bella tiratina. Non solo: è lei che mi obbliga a prendere il sole con i filtri. Un tempo non mi proteggevo affatto e la mia pelle con lentiggini tendeva a macchiarsi».

Le piace truccarsi?

«Sono piuttosto imbranata. Ma negli anni qualcosa ho imparato. So stendermi un velo di fondotinta, il fard, l'ombretto

Il tempo che passa non le fa paura. Il chirurgo? Mai. Il collagene? Forse...

nelle tonalità del nocciola e del marrone che si abbinano al colore dei miei occhi. Mi piace molto il gloss, ma soprattutto sono brava con il mascara, il mio cosmetico preferito. Da ragazzina, la sera, nutro le ciglia con olio di ricino: allora impiasticciavo tutto il cuscino, oggi mi ritrovo ciglia lucide e folte».

Che rapporto ha, al risveglio, con lo specchio?

«La mattina mi piaccio quasi sempre perché il viso, di notte, si rigenera. Invece la sera noto sulla pelle i segni di affaticamento di una giornata di lavoro. Fosse per me, terrei il fondotinta fino al momento di andare a dormire, ma mio marito mi pretende acqua e sapone! Quando usciamo insieme, chiedo a Monica un trucco quasi invisibile, in modo che lui mi creda "al naturale". Altrimenti c'è da discutere...».

[ROBERTA MERCURI]

ogni anno ricorrono a un intervento estetico, puoi sempre provare con un cosmetico ad hoc

meglio una CREMA

Qualsiasi donna eviterebbe il bisturi molto volentieri, ma dieci anni di meno, quelli sì, li vorrebbero tutte. Oggi ringiovanire senza dovere per forza ricorrere al bisturi è possibile, grazie alla **cosmesi di nuova generazione**, che sfrutta le ultime scoperte fatte nei diversi campi della medicina, della biotecnologia e della genetica. Le nuove formulazioni intervengono sui vari segni dell'invecchiamento, **attenuando** le rughe sottili e **spianando** quelle più profonde che si formano attorno agli occhi, alla bocca e sulla fronte.

Si tratta quindi di prodotti che s'ispirano a interventi come **filler** e **peeling**. Come le formule «similboto», che agiscono causando una distensione del tratto colpito da una ruga.

Meno intense, ma più gradevoli del **botulino** (potente tossina iniettata sottocute), queste sofisticatissime formule brevettate hanno il pregio di poter essere usate come una normale crema da giorno o da notte e come **trattamento continuativo**. Per scegliere quella più adatta alla vostra pelle, chiedete consiglio al **dermatologo**. A seconda del vostro problema, saprà indicarvi creme specifiche contro borse e occhiaie, perdita di tono o l'insorgere delle prime rughe.



STOCK IMAGES/GETTY

Contro borse e occhiaie

L'obiettivo è controllare la **micro circolazione e la melanina**

In età matura, borse e occhiaie compaiono per due motivi: il rallentamento della microcircolazione e l'iperpigmentazione della pelle, causata da una maggiore concentrazione di melanina.

LE FORMULAZIONI In entrambi i casi, per attenuare il problema si ricorre a cosmetici che rilasciano gradualmente le sostanze attive, migliorando la microcircolazione e riducendo la produzione di melanina. Questi prodotti possono essere formulati sotto forma di emulsioni leggere, gel, maschere o cerotti.

GLI INGREDIENTI Tra i principi attivi più usati in questo tipo di cosmetici c'è l'estratto di **mandarino**, che protegge la pelle e ne stimola le funzioni vitali. Molto usati anche l'**acido ialuronico** e i biosteroli estratti dai **semi di mela** e dal **burro di karité**, che ristabiliscono l'idratazione. Leggendo l'etichetta di uno dei nuovi antirughe potete trovare anche il **retinolo** (un derivato della vitamina A) e la **genisteina**, un fitoestrogeno (sostanza vegetale simile agli ormoni femminili) estratto dalla **soia**, che ha la funzione di contrastare i radicali liberi. Questi cosmetici contengono quasi sempre anche degli esfolianti delicati a base di **acido salicilico** e **polidrossiacidi**, che eliminano le cellule morte e restituiscono luminosità alla pelle. Per finire, nella ricetta del vostro nuovo cosmetico contro borse e occhiaie troverete complessi a base di alghe marine (**alginati**), che impediscono la formazione di ristagni di liquidi, e di acqua dolce con proprietà antigonfiore e drenanti.

DAL DERMATOLOGO Per rivitalizzare la zona delicata del contorno occhi, levigare la pelle e stimolare la microcircolazione esistono anche trattamenti dermatologici come i **soft peeling** a base di acido salicilico e polidrossiacidi (proprio quelli della vostra crema), ma anche interventi laser.

→ Le italiane e i segni dell'età

Quale rapporto hanno le donne con la comparsa delle prime rughe? A dir poco contraddittorio, almeno se vogliamo dar retta a una recente ricerca Eurisko-Omnibus. L'indagine rivela infatti che le italiane si prendono cura della pelle a qualsiasi età, ma soltanto il **36%** delle intervistate crede che un cosmetico possa davvero rallentare i segni del tempo. A conferma di questo, secondo i dati della Società di chirurgia plastica, il numero degli uomini e delle donne che ogni anno ricorrono al lifting oscilla tra le **7.000** e le **8.000** unità. Il costo medio di questi interventi è compreso fra i 3.000 e i 9.000 euro. Ma secondo l'Isplad (la Società italiana di dermatologia plastica ed estetica, www.isplad.org) è in aumento anche la domanda d'interventi più «dolci» (per esempio il minilifting) e di quelli che richiedono ritocchi periodici, come i filler. Anche l'età media dei pazienti è cambiata: dai **50-60** anni di una quindicina di anni fa ai **35-40** di oggi.



OLYCOM

volta pagina continuiamo a parlare delle **creme antirughe** ▶