

SILHOUETTE

DONNA

Linea, moda, bellezza, benessere

€ 2,20

CELLULITE

PROVA I SUPERCIBI DRENANTI E DETOX E I COSMETICI CHE SFRUTTANO LA FORZA DEL MARE

RITOCCHI DI STAGIONE
PEELING E FILLER SÌ
LASER E CHIRURGIA NO

MEDICINA ESTETICA
INIEZIONI SGIOLGRASSO
PER COSCE E DOPPIO MENTO

SOLARI

PROTEZIONE...
E NON SOLO.
CORREGGONO RUGHE,
ACNE, CEDIMENTI

MAKE UP WATERPROOF:

RESISTENTE
ANCHE IN SPIAGGIA

FITNESS

SCOLPISCI
GLI ADDOMINALI
CON IL TRX

novità

DIETA FODMAP

PANCIA PIATTA LAST MINUTE
IL PROGRAMMA PER ASSOTTIGLIARE IL PUNTO VITA

subito
1 TAGLIA IN MENO

MODA
IL COSTUME È SEXY!

Anno 22 - numero 7 - luglio 2015 - mensile - Poste Italiane Spa - spedizione in abbonamento postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n.46) art.1, comma 1, LO/MI





Prese da mille impegni, può capitare di tralasciare un'operazione essenziale per la propria bellezza. Come rimediare? Con i sistemi di depilazione last minute

Dati alla mano, ogni donna perde ben sessanta giorni della sua vita eliminando i peli indesiderati.

Tanti? Probabilmente sì. In ogni caso necessari, a meno che non si ricorra a un sistema di epilazione definitiva che permetta di dimenticarsi per sempre (o quasi) del problema. Chi non ha optato, però, per laser e luce pulsata, specialmente d'estate ha a che fare spesso con la ricrescita dei peli superflui, e magari con poco tempo a disposizione prima di una serata speciale o per un abito particolare. **Tanti i metodi super-rapidi e comodi** per i ritocchi last minute. «**Non ce n'è uno migliore dell'altro**» commenta Antonino Di Pietro, dermatologo e direttore dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis di Milano. «**Tutto dipende dalle preferenze, dalle esigenze in fatto di tempo** ma soprattutto dalle caratteristiche della propria pelle».

AIUTO
ho dimenticato La ceretta!

5
minuti

rasoio: il più veloce

Non ci sono dubbi: è l'arma più veloce contro la peluria indesiderata. «Certo è un tipo di depilazione che interviene solo sul fusto: la radice continuerà a produrre peli della stessa consistenza» commenta Di Pietro. Un paio di giorni quindi e la lametta va di nuovo passata. I punti a favore: il rasoio è perfetto per la depilazione last minute, **non compromette**

la tintarella e si può nascondere ovunque per le emergenze. **Attenzione però a cambiarlo spesso:** le lame consumate provocano tagli e abrasioni. **Va usato sulla pelle bagnata con acqua calda e con un detergente in olio,** mai il bagnoschiuma. «Fondamentale poi applicare una dose generosa di crema per evitare che la pelle si secchi» sottolinea l'esperto.

creme, mousse e gel: pratici e delicati

10
minuti

I cosiddetti depilatori "chimici", ovvero creme, gel e mousse sono tutti a base di acido tioglicolico, una sostanza che rompe i legami della cheratina del pelo arrivando praticamente a "scioglierlo". Il punto di forza delle nuove formule è la velocità d'azione: si applicano direttamente sotto la doccia e in pochi minuti agiscono. «**Sono ideali per chi non ha mano abile con il rasoio e soprattutto per chi ha capillari evidenti sulle gambe,** ma non andrebbero usate in caso di cute ipersensibile, perché gli agenti chimici potrebbero provocare irritazioni» commenta Di Pietro. **I depilatori chimici tendono a portare via la tintarella,** ma solo quando la pelle è secca in superficie: meglio dunque ammorbidirla bene prima di usarli. ▶

epilatori elettrici: anche per i peli corti

20
minuti

Il bello dei nuovi apparecchi? Non fanno male e raggiungono anche i peli più corti. Certo il lavoro richiede una certa precisione ma **il premio è una pelle che rimane liscia anche per un paio di settimane.** La maggior difficoltà di utilizzo sta su ascelle e inguine, mentre l'epilatore scorre bene sulle gambe. «Se la pelle è sensibile si è più esposti al rischio di follicoliti, fastidiose infiammazioni del follicolo pilifero che si presentano del resto anche con la ceretta» commenta Di Pietro.

Per evitare poi che i peli ricrescano incarniti **dopo l'epilazione si consiglia di passare spesso sulla parte un guanto esfoliante.**

30
minuti

cera fai-da-te: ottima resa, maggiore durata

È la soluzione ideale per chi ha una peluria folta e qualche minuto in più a disposizione, che viene immediatamente ripagato da un **risultato che dura fino a 3 settimane.**

«La ceretta elimina infatti il pelo dal follicolo rallentando notevolmente la ricrescita» spiega Di Pietro. «Richiede però un po' di attenzione in più, perché il calore e lo strappo possono essere dannosi sulle zone dove ci sono capillari dilatati o vene varicose». Procedere con precisione e senza provocare troppo dolore

è solo una questione di esperienza: in ogni caso meglio **applicare sempre la ceretta sulla pelle asciutta e tamponata con un po' di borotalco** e procedere allo strappo con decisione, in direzione opposta alla crescita del pelo. «Le eventuali piccole irritazioni si alleviano con una pasta all'ossido di zinco» dice Di Pietro. E le strisce a freddo? Perfette per emergenze e piccoli ritocchi, vanno scaldate bene tra le mani per evitare che insieme ai peli si portino via anche strati di pelle.

gli alleati dell'ultimo minuto

E DOPO?

Le buone regole dopo la depilazione valgono per qualsiasi metodo utilizzato: vaporizzare sempre dell'acqua termale sulla parte appena depilata per addolcirla e applicare, anche nei giorni successivi, una crema idratante. Meglio poi non esporsi al sole nell'immediato, evitare le immersioni in piscina e non utilizzare profumi, deodoranti alcolici e creme con idrossiacidi.