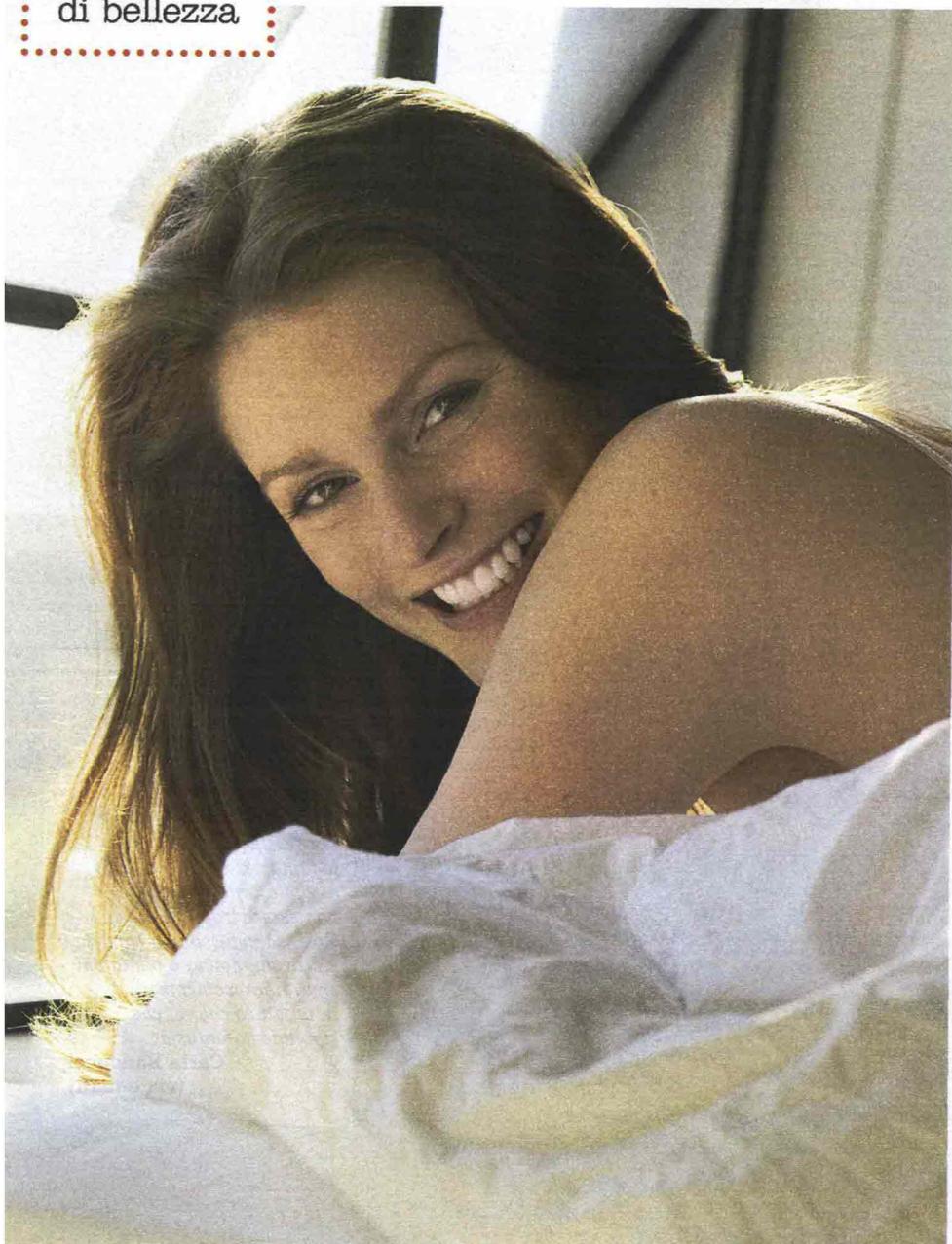


Confidenze
di bellezza



I prodotti furbi che agiscono mentre dormi

Esattamente come succede a te, che di notte fai il pieno di energia per il giorno successivo, lo stesso accade a pelle e capelli.

Ecco come aiutarli a rigenerarsi con i trattamenti-coccola più efficaci di Alberta di Giorgio con la consulenza di **Magda Belmontesi, dermatologa**

Corbis (1)

24 Confidenze

Simona
ci
chiede



COSA POSSO FARE PER RENDERE I MIEI CAPELLI FORTI E LUMINOSI?

Ho 40 anni e non sono contenta dei miei capelli, che vedo fragili e opachi, nonostante me ne prenda cura con shampoo delicati e maschere. Ho sentito parlare di cosmetici che agiscono durante il sonno. Devo usarli?

Simona Macri (via e-mail)

Silvana
ci
chiede



USARE LA CREMA PER IL VISO DI NOTTE MANTIENE LA PELLE FRESCA?

Ho 62 anni e la mattina, dopo la deterzione, stendo sul viso un trattamento idratante e nutriente. Ma alla mia età, per un'azione più intensiva, credo che dovrei usare anche un prodotto notte. Vorrei un consiglio.

Silvana Fecchio (via e-mail)

Fulvia
ci
chiede



È VERO CHE I COSMETICI DIMAGRANTI VANNO MESSI LA SERA?

Ho 50 anni e mi piace mantenermi in forma. Anche con i prodotti snellenti, che mi aiutano a conservare la linea. Ho sentito dire che, applicati prima di andare a letto, funzionano di più e mi chiedo se è vero.

Fulvia Andreozzi (via e-mail)

Punta su provitamine e ceramidi

Perché i capelli siano forti e lucenti, le scaglie che li ricoprono devono essere ben aderenti ai fusti. In questo modo li proteggono dalle aggressioni esterne (in estate bisogna fare i conti anche con i raggi ultravioletti) e, grazie alla superficie liscia, riflettono la luce, acquisendo subito brillantezza. Per ottenere questi risultati, la mossa giusta è prendersi cura della capigliatura anche di notte, con prodotti spe-

cifici da applicare prima di andare a dormire. Arricchiti con provitamina B5, polimeri protettivi, olio di macadamia e ceramidi, si stendono sulle ciocche pettinate e si lasciano in posa fino al risveglio. Poi, basta un colpo di spazzola (non si deve rimuovere il trattamento con lo shampoo) per ritrovare una capigliatura rigenerata.

L'idea in più Un impacco di maionese assicura nutrimento alle ciocche.



Spray Notte Aqua Light (Pantene Pro-V, 6,99 euro): con provitamina B e polimeri. **Secret de Nuit** (Phyto, 28 euro): contiene olio di macadamia e ceramidi.

I tuoi alleati sono calcio e zuccheri

Durante il sonno, finalmente al riparo dagli agenti esterni, la pelle ne approfitta per rigenerarsi e, soprattutto, per fare il pieno di energia che le servirà al risveglio per affrontare una nuova giornata. Aiutarla in questa attività di recupero è senza dubbio un'ottima abitudine. Ecco perché, soprattutto dopo i 60 anni, prima di andare a dormire, bisogna sempre detergere il viso e liberarlo di tutte le sostanze che

ne compromettono una buona respirazione (trucco, tracce di sebo e smog). E poi, massaggiare una crema che contiene calcio, alghe marine e zuccheri, come il trealosio, che rinforzano le cellule cutanee e rallentano la comparsa di cedimenti e rughe. La mattina, però, la crema va rimossa e sostituita da un trattamento da giorno. **L'idea in più** Una maschera di spinaci e panna ha un effetto antirughe.



Age Perfect Pro-Calcium Nuit (L'Oréal Paris, 17,80 euro): con un complesso a base di calcio. **Energia + Rigenerazione Crema Notte** (Collistar, 36,30 euro): con alghe marine e trealosio.

Affidati alle sostanze snellenti

Mentre si dorme, l'organismo secerne una maggiore quantità di ormone GH, meglio conosciuto come quello della crescita. Una caratteristica di questo ormone è favorire l'aumento della massa magra. Quindi, se aiutato da un cosmetico snellente, le sue proprietà si amplificano. Buona idea, allora, massaggiare sul corpo, nelle solite zone critiche, un prodotto arricchito con le classiche sostanze lipo-

riducenti e drenanti: sali marini, alghe, caffeina, estratti di ippocastano e oli essenziali. Il cosmetico va steso con puntualità tutte le sere per almeno otto settimane. E per favorirne la penetrazione in profondità, ogni 15 giorni l'applicazione andrebbe preceduta da uno scrub che liberi la superficie cutanea dalle cellule morte. **L'idea in più** Uno scrub con sale fino e olio d'oliva rinnova l'epidermide.



Trattamento Snellente Notte 10 (Somatoline Cosmetic, 51 euro): con sali marini e alghe. **Lipofusion Crema Intensiva Notte** (Rilastil, 38 euro): con ippocastano e oli drenanti.

MANI PULITE SENZ'ACQUA

Lavare spesso le mani aiuta a scongiurare la diffusione di virus e batteri. Peccato che non sempre sia possibile. Per chi è in viaggio o, comunque, si trova in un luogo dove non c'è un rubinetto, la soluzione è il Gel Purificante No Acqua per le Mani di Bottega Verde (8,99 euro). A base di aloe, riconosciuta sin dall'antichità per le sue proprietà rinfrescanti e protettive (gli Egizi, addirittura, la consideravano la pianta dell'immortalità), si versa sulle mani, poi si sfregano fra loro e si aspetta che asciughi, il che succede in tempi velocissimi. In compenso, lascia la pelle ben pulita e profumata.



CHE DELIZIA QUELLA CREMA

Alzi la mano chi non diventa matta sentendo l'inconfondibile profumo del borotalco. La storica fragranza, che risale addirittura al 1904, adesso è racchiusa nella nuova Crema Vellutante di Borotalco (3,99 euro), dalle proprietà idratanti e rivitalizzanti.

