

E ADESSO METTINI

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Codice abbonamento: 095256



Beauty Bible | Sun Test

1

**SEI ANSIOSA?
OK, USA SPF
ALTI, MA DALLE
TEXTURE SIMILI.**

MEGLIO NON
MIXARE MAI
CREME CON GEL
O OLI PER EVITARE
DI OCCLUDERE
I PORI.

2

**PER TE CHE SEI
SPERICOLATA IL
TIMING È
FONDAMENTALE.**

INFILA NELLA
SABBIA UN
BASTONCINO:
QUANDO L'OMBRA
È A PICCO, VAI
SOTTO
L'OMBRELLONE!

3

**L'IDEA IN PIÙ:
DA VERA SAGGIA
OLTRE ALLE
RUGHE**

**COMBATTI LE
MACCHIE. ANCHE
IN ESTATE, USA
CREME
SCHIARENTI, CON
B-RESORCINOLO E
ACIDO
GLICIRRRETICO.**

PRATICA!

Con la consulenza di **Magda Belmontesi**, dermatologa a Milano e Pavia, docente all'Università di Pavia.

FOTO TRUNKARCHIVE / CONTRASTO.

COSMOPOLITAN.IT
Luglio 145



Beauty Bible | Hair Care

Sono colorati e stingono?

Se sbiadiscono velocemente dopo la tinta significa che sbagli lavaggio: probabilmente usi uno shampoo troppo concentrato o troppo alcalino, da sostituire con uno dal pH acido, scelto tra quelli specifici per capelli colorati.

Soluzione

Dopo lo shampoo, applica una maschera riflessante e fai l'ultimo risciacquo con acqua ghiacciata. Siccome tutti i pigmenti, sia artificiali che naturali, reagiscono al sole, all'aria e all'umidità, durante le vacanze ricorda di utilizzare uno spray difensivo su tutta la lunghezza prima di uscire ogni mattina. Oppure applica della cera di jojoba, che ha il vantaggio di rivestire il capello con un film protettivo non silconico e quindi biocompatibile.

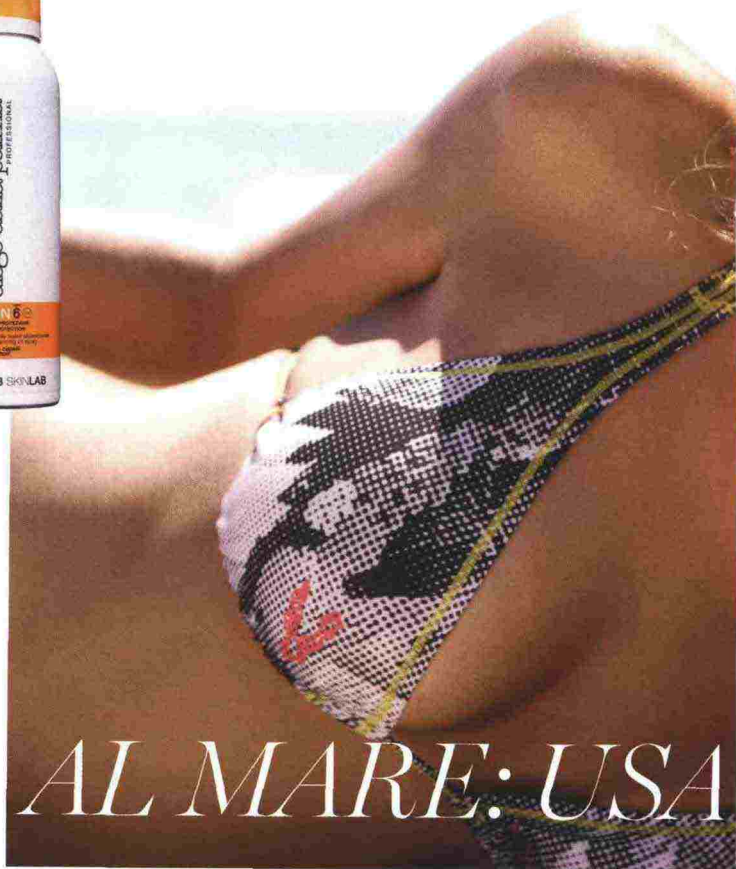
Sono stirati e si spezzano?

Usa maschere e balsami contenenti silicio organico: come trattamento locale puoi massaggiare il cuoio capelluto una volta al giorno con questo elemento in versione liquida o gel. Se ti piace la birra c'è una buona notizia per te: un litro di bionda può contenere dai 6,4 mg ai 56,6 mg di acido orto silicico biodisponibile tra il 50% e il 64%.

COME UNA BANDANA
Sun 6 Olio Spray
Viso-Capelli, diego
dalla palma (€ 32).

Soluzione

Assumi integratori di aminoacidi ramificati. Se i capelli cadono, usa due-tre volte alla settimana delle fiale a base di aminexil, principio attivo che ha provate qualità rivitalizzanti. Prima della spiaggia, applica sulle lunghezze qualche goccia di olio di riso, ricco di gammaorizanolo ad effetto antiossidante.



CAPELLI AL MARE: USA

Dribbla i danni da Uv, sale e cloro con i Cosmotip. E regala alla tua chioma una vacanza perfetta di Grazia Pallagrosi

SCHERMO TOTALE
Elvive Solar
Defense, L'Oréal
Paris (€ 9,90).

NUTRIENTE Maschera
Superidratante
Intensiva, Herbal
Essences (€ 4,49).



Sono allungati con le extension?

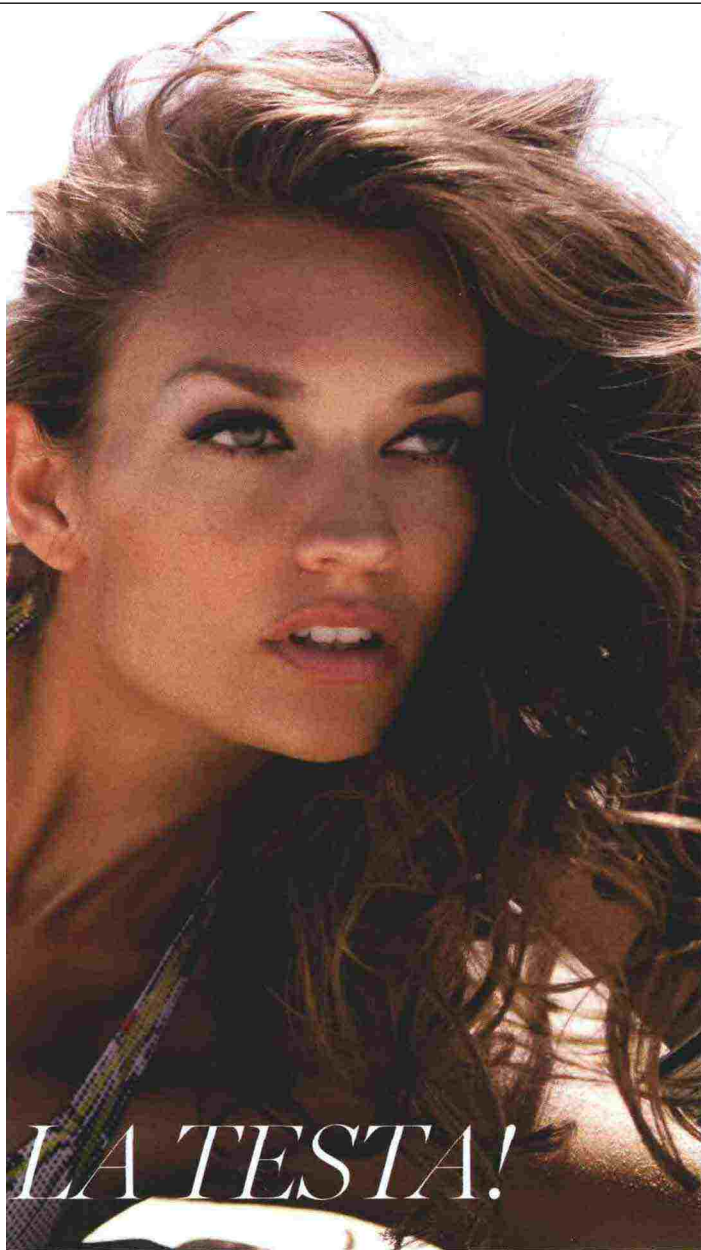
Non c'è problema: puoi bagnarli e lavarli come fai di solito, avendo però cura di tenere la testa indietro con il viso rivolto verso l'alto, come sotto la doccia o dal parrucchiere. Dopo il risciacquo con acqua dolce, pettinali con una spazzola morbida e usa un balsamo (o una maschera) per evitare la formazione di nodi.

Soluzione

Prova i prodotti con cheratina, che si integrano bene con la struttura molecolare del capello e, una volta applicati, resistono meglio in piscina, al mare, al sole e al vento. La cheratina avvolge il fusto rispettando la sua struttura e reagisce alla stessa maniera: si gonfia con l'acqua e si restringe quando si asciuga, garantendo una perfetta tenuta dell'applicazione.



Hairadvisor è il primo portale per condividere impressioni, apprezzamenti e professionalità che trovi nei saloni. E individuare così il tuo parrucchiere ideale. Clicca su hairadvisor.it o cosmopolitan.it



A CURA DI ANDREA BERNI. HA COLLABORATO VALENTINA SORRENTI. FOTO DI MARIO SIERRA/FOLIO.ID. STILL LIFE DI MAURIZIO SAPIA.

Sono "decappati" e gialli?

Devi proteggerli dal sole per evitare che la situazione precipiti. Applica un buon olio con filtri anti Uva e Uvb su tutta la lunghezza e fai attenzione a come usi lo shampoo: non versarne più di un cucchiaino, emulsionalo con acqua tiepida e, dopo averlo massaggiato sui capelli per almeno 2 minuti, passa sotto l'acqua a lungo.

Soluzione

Per evitare che il colore crei riflessi gialli fai un ultimo risciacquo con infuso di tè nero. Se la tua tinta è biondo chiarissimo o platino, sciaqua con infuso di fiordaliso, che dona riflessi silver e molta lucentezza. In alternativa, chiedi al tuo parrucchiere un tonalizzante blu, in versione schiuma o gel: lo applichi e lo lasci in posa circa 20 minuti. "Raffredda" le nuances pannocchia e le fa tornare brillanti.

ILLUMINANTE
Latte Idratante
senza risciacquo
Sunshine, CreAttiva
(€ 18,50).



Sono opachi e senza volume?

Oltre a usare maschere volumizzanti e balsami specifici, affronta il problema alla radice facendo scorta di aminoacidi, in particolare di cistina, cisteina e metionina, che favoriscono la sintesi della cheratina, la proteina che costituisce il capello.

NUTRE Beach
Defense Styling
Spray, Nashi
Argan (€ 18).



Soluzione

Mangia regolarmente pesce, legumi, soia e piatti a base di legumi e cereali in chicco. Prova integratori di aminoacidi ramificati: già dopo un mese vedrai dei buoni risultati! E non dimenticare il massaggio con olio di jojoba, che migliora la circolazione sanguigna e il trofismo della cute.

LA TESTA!

ANTIARIDITÀ
Maschera
Nutriente, Keramine
H (€ 6,40).



Sono ultrasecchi?

Usa uno shampoo specifico, assicurandoti che contenga tensioattivi vegetali molto delicati e pantenolo, sostanza che favorisce l'idratazione. Prima dello shampoo fai un impacco con un prodotto ricco di oli vegetali o usa direttamente olio di crusca di riso, di monoi o di jojoba.

Soluzione

Ricorda che l'inacidimento del capello è dovuto ad abitudini come fumo, diete dimagranti, eccessiva esposizione a sole e vento. Altri motivi possono essere anemia, carenza di ferro o impoverimento dell'emoglobina. Per normalizzare la situazione assumi integratori di aminoacidi solforati, sali di calcio e zinco associati a compresse di olio di borragine. Bevi almeno 1,5 litri d'acqua oligominerale al giorno.



COOL STYLING
CC Crème Soleil,
Kérastase Soleil,
L'Oréal (€ 26).



CHERATINA AL SICURO
Huile d'été
Protectrice,
Rene Furterer
(€ 18,10).



ONDA SU ONDA
Texturizing Salt
Spray, Balmain
Hair (€ 16,95).



MULTITASKING
Urbancare Sun
Therapy, Jean Louis
David Salon
(€ 20).

COSMOPOLITAN.IT
Luglio 147