

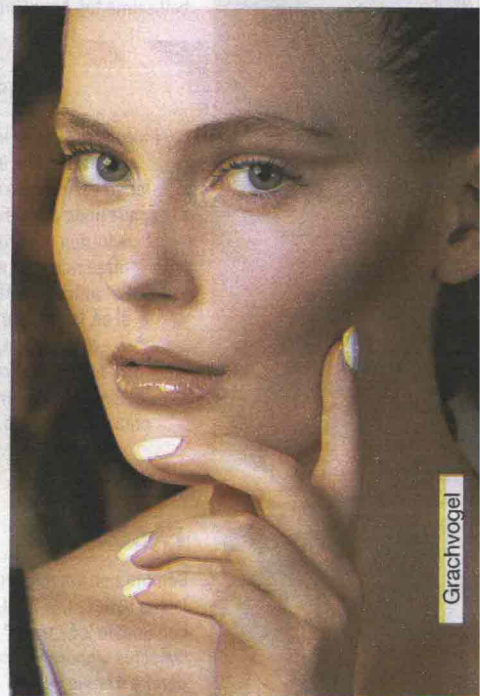
TOP Beauty

DI CHE COLORE SEI?
 Il rosso, intenso o riscaldato da pigmenti arancioni, è un classico, ma non sbagli anche con il bordeaux, il grigio fango o il marrone. Se sei più glam punta sulle tinte choc, come verde e azzurro. Oppure stupisci con il bianco gesso.

Berardi

SMALTI *che passione*

Sono i cosmetici di tendenza degli ultimi anni, sempre più brillanti, colorati e a lunga durata. Richiedono, però, mani lisce e perfette, perché molto delicate e sovraesposte. Ecco come fare



Grachvogel

Gli esperti parlano di una vera e propria "nail-mania". Negli ultimi anni la vendita degli smalti è cresciuta di oltre il 17 per cento. Un business che si sta trasformando in un fenomeno sociale, considerando il numero di marchi e di proposte sul mercato. Si va dalla manicure firmata Leighton Denny da Harrod's, il famoso grande magazzino londinese, che ricopre le unghie con diamanti, rubini e zaffiri alla modica cifra di 25.000 sterline (a volte c'è persino una lista d'attesa... di centocinquanta persone), alle sfumature arcobaleno dei marchi più conosciuti. Non a caso continuano a crescere i centri superspecializzati dove eseguire la manicure o la pedicure. Nelle città ormai ce ne sono per tutti i gusti: da quelli rapidi ed efficienti dove poter cambiare lo smalto in pochi minuti alle spa dove le unghie sono considerate come qualsiasi parte del corpo, con tanto di massaggi, impacchi e peeling. Per non parlare della cura delle mani: purtroppo non perdonano e spesso rivelano l'età autentica di una persona. Lo sanno bene alcune star come Madonna o Sarah Jessica Parker che in alcune situazioni hanno esibito mani non all'altezza della loro immagine di eterne ragazze. Per rimediare

si può ricorrere alla medicina estetica, eseguendo un peeling leggero a base di acido piruvico e la dermoabrasione, per eliminare le cellule morte, poi si passa a un trattamento di luce pulsata che schiarisce le macchie, infine, qualche iniezione di acido ialuronico, dall'azione idratante e rimpolpante.

Regole beauty

Ma anche la cosmetica contribuisce a restituire le mani belle e curate. L'idratazione è un momento fondamentale, ma spesso la crema, anche applicata più volte al giorno, non basta. In istituto puoi eseguire il trattamento alla paraffina: non è nuovo, ma è sempre efficace per contrastare ruvidità e screpolature. Almeno un paio di volte al mese dovresti eseguire l'esfoliazione: solo così la superficie delle mani, liberata da cellule morte, cuticole, pellicine secche è pronta per ricevere una crema ricca e nutriente. Vuoi un segreto rubato alle donne americane che di mani e di unghie certo se ne intendono? Tieni in borsetta l'olio per cuticole, che è rinforzante e idratante e "spennellalo" in abbondanza più volte al giorno senza preoccuparti se finisce anche sul resto delle dita.

Via le macchie

Per cancellare macchie solari o accumuli di melanina, dovresti rivolgerti al medico per qualche seduta di laser, che deve essere superselettivo e "colpire" una macchia alla volta, rompendo in questo modo i granuli di pigmento. Si produce così una specie di polvere, la pelle diventa prima bianca, poi rossastra, dopo ancora si forma una pellicina che, in qualche giorno, scompare. «Per attenuarle, può essere d'aiuto anche l'applicazione di una maschera all'acido retinoico, un trattamento extra capace di distribuire in modo omogeneo le cellule che producono melanina», dice **Magda Belmontesi**, dermatologa a Vigevano (Pavia) e a Milano. «La tendenza è quella di associarla a un peeling all'acido glicolico o a un mix di acidi schiarenti che rende lo strato corneo più sottile e, quindi, più ricettivo», aggiunge l'esperta.

di Francesca Marotta e Carla Tinagli

Manicure fai-da-te

E le unghie? È importante che siano sane e ben curate. Innanzitutto controlla la tua alimentazione: se sono molto fragili inserisci alimenti ricchi di vitamina B5 (legumi, tuorlo d'uovo, lievito di birra), frutti con la buccia ricca di silice, quattrocinquemandorle al giorno, che contengono molta cheratina. Una volta alla settimana fai un trattamento extra: immergi le dita in un mix di oli (oliva, mandorle e germe di grano) per tre minuti. Poi massaggia ogni unghia con movimenti circolari fino al completo assorbimento. Sono opache e poco lucide? Strofinale con un panno in pelle di camoscio o una candela di cera. Ed eccoci alla manicure, con i suoi passaggi fondamentali.

- Immergi le mani in una ciotola di acqua e di sapone delicato e sfrega le unghie utilizzando mezzo limone.
- Per quanto riguarda le pellicine, non adoperare le forcicine se vuoi evitare guai. Spingile indietro con un bastoncino di legno di arancio imbibito di una sostanza specifica sciogli-cuticole.
- Regola la lunghezza con una lima di cartone, cercando di usarla con cura e delicatezza. Le unghie corte sono le più comode e le più facili da gestire, soprattutto se fai sport, vai in palestra, lavori al computer. Alla fine sciacqua bene le mani e lucida le unghie con uno spazzolino di daino.
- Se ogni tanto hai le dita gonfie o indolenzite fai alla sera qualche esercizio di rilassamento e scioglimento muscolare. Per esempio, siediti a un tavolo con gli avambracci perpendicolari, spalle e mani rilassate e rotea le mani alternando il senso; oppure premile per una decina di secondi una contro l'altra,

NOVITÀ MULTICOLOR

1. Le nuove nuance per la manicure professionale dell'estate: Graper Gum (viola), Lobster Roll (rosso), Water Park (turchese) (Summer Splash Collection di CND Shellac, nei saloni a 28 €). **2.** Una nuova gamma che si ispira ai colori delle eroine di James Bond: oro, argento e rosso geranio (Nail Lacquer Liquid Sands N LM49, N LM53 e N LM54 di Opi, 15 €). **3.** Prima si mette il colore e poi i confettini colorati (Pistacchio Bubbles di Pupa, 12 €). **4.** In formato mini dal risultato ultra-glossy e a lunga durata (Smalto Skin Color N°71 e N°78 di Euphidra, 5,60 €). **5.** Sulle unghie sembra un gel, dal risultato vibrante e laccato (Nail Collection N°132 e N°159 di Nee Make Up, 12,40 €). **6.** Mini-size per uno dei colori bon-bon più glam dell'anno, il giallo, che dona in particolare modo alle mani abbronzate (Sugar Rush Unicorn N°953 Sinfulcolor Professional di Revlon, 3,70 €).

cercando di allontanare i polsi; o, ancora, distendi le dita cercando di allungarle bene. Dopo pochi secondi richiudile a pugno.

- Per quanto riguarda lo smalto applica prima uno strato di base e procedi poi con quello naturale o colorato. In questo caso sono necessari due passaggi.
- Ricorda bene: quando ti esponi al sole, stai attenta a proteggere sempre le mani. Anzi, visto che sono delicatissime e così facili a segnarsi, dovresti usare un filtro più alto anche per le altre parti del corpo e ripetere spesso l'applicazione. Arrossamenti e scottature possono essere decisivi per danneggiare l'epidermide, provocando la formazione di macchie, dovute proprio a un eccesso di melanina.

CURE MIRATE

1. Un trattamento rigenerante e protettivo (Crema Mani Eco Biologica all'Aloe Vera di Omia Laboratoires, 4,25 €). **2.** Un olio per smalto e cuticole dalla formula ricca di vitamine (Huile Sèche Vernis di Mavala, 13,50 €). **3.** Integratore rinforzante e smalto colorato a lunga durata (Bioscalin Retard di Giuliani, 23 €, in omaggio lo smalto Barielle Shades). **4.** Un "duo" indispensabile per la cura delle mani: il balsamo idratante per le cuticole delle unghie e la crema nutriente ristrutturante (Cuticle Balsam e Hand Repair di Trind, 14 € e 16 €).

