

LE NOVITÀ PER LE "QUESTIONI DI DONNE"

di Paola Oriunno

IL SIERO CAPELLI ANTI-ETA

■ Cos'è

Un siero concentrato a rilascio graduale. Molto adatto alle donne, ha azione anti-età: aiuta contro la caduta e l'assottigliamento dei capelli. Con Biogenina e Bioequolo (Bioscalin Tricoage Siero, Giuliani, 53,50 euro).



■ Come funziona

Si distribuisce uniformemente il contenuto del contagocce riempito 6 volte sul cuoio capelluto asciutto o bagnato e tamponato. Si massaggia fino ad assorbimento e non si risciacqua. Un flacone equivale a un mese di trattamento.

■ Cosa dice l'esperto

«Il trattamento è ideale nei cambi di stagione o in caso di stress da menopausa. Ma si può utilizzare anche quando aumentano i capelli bianchi o si teme una graduale caduta» dice la tricologa Antonella Tosti.

L'INTEGRATORE CHE SGONFIA

■ Cos'è

Un integratore a base di estratti di semi di lino e di uva che riducono il gonfiore localizzato e la ritenzione idrica (Oenobiol Femme 45+ Riduzione Liquidi, 24 euro).



■ Come funziona

I polifenoli dell'uva sono potenti antiossidanti, con un'azione antinfiammatoria naturale, migliorano il flusso vascolare e riducono i liquidi in eccesso. Una compressa al giorno per circa due mesi alleggerisce le gambe.

■ Cosa dice l'esperto

«Nei semi di lino ci sono i lignani, fitoestrogeni utili nella premenopausa. Aiutano anche a mantenere pulito l'intestino: omega 3 e acido linoleico conservano le arterie in buona salute» spiega la naturopata Fiorella Coccolo.

LA PIANTA PER IL CICLO

■ Cos'è

Un integratore tutto naturale che aiuta ad alleviare i disturbi che precedono e accompagnano il ciclo mestruale (Ciclomite Plus, Aboca, 13,80 euro).



■ Come funziona

Grazie al fitocomplesso di agno casto e al Liguflos (l'estratto liofilizzato di fiori femminili di camomilla brevettato dall'Aboca) i dolori legati al ciclo diminuiscono. Basta prendere un opercolo al giorno per 5 o 6 giorni prima e dopo le mestruazioni.

■ Cosa dice l'esperto

«Irritabilità, mal di testa, fame nervosa, crampi, sono i sintomi più comuni di chi soffre di sindrome premestruale. L'agno casto li contrasta: contiene fitoestrogeni, preziosi per mantenere il giusto equilibrio tra estrogeni e progesterone» suggerisce Fiorella Coccolo.

IL DETERGENTE INTIMO

■ Cos'è

Un detergente a base di amido di riso, senza sapone e tensioattivi, che previene gli arrossamenti e gli episodi di secchezza vaginale (AmidoMio, Euphidra, 7,80 euro).



■ Come funziona

Oltre all'amido di riso contiene anche olio di mandorle dolci, vitamina E, burro di karitè e pantenolo che lavano delicatamente senza seccare le mucose. Grazie al pH 5 può essere usato tutti i giorni, più volte al giorno.

■ Cosa dice l'esperto

«L'amido di riso è un rimedio della nonna, ma ancora validissimo, per avere pelle morbida e pulita. Si aggiunge anche all'acqua del bagnetto dei bambini per contrastare le irritazioni» afferma la dermatologa Magda Belmontesi.

GLI ASSORBENTI BIO

■ Cos'è

Una gamma completa di proteggi slip e assorbenti interni in cotone biologico certificato, senza sostanze chimiche, profumo, lattice (Tamponi Regular, Organyc, 16 pezzi, 5 euro).



■ Come funziona

Rispettano anche l'ambiente. Sono biodegradabili al cento per cento, imballaggio compreso, e quindi non inquinano come fanno invece gli assorbenti normali realizzati in materiali sintetici.

■ Cosa dice l'esperto

«Il cotone è la fibra migliore per morbidezza, traspirabilità, assorbenza e compatibilità col pH fisiologico della nostra pelle. E non c'è nessun rischio di irritazioni» spiega la ginecologa Fausta Gramellini.

indirizzi a pag. 180