

**GENTE DOSSIER BEAUTY**

**CORPO PERFETTO  
CAPELLI AL MARE  
I NUOVI SOLARI  
SMALTI D'ESTATE**

# BELLE DA PODIO

**22 PAGINE SPECIALI**

**COME ARRIVARE  
ALLA PROVA COSTUME  
IN FORMA OLIMPICA**

a cura di Antonella Grua

www.ecostampa.it

095256

**GENTE DOSSIER BELLEZZA**

# OPERAZIONE CORPO PERFETTO

**SNELLENTI, FANGHI E PRODOTTI "EFFETTO GUAINA": SONO LE ARMI PER RITROVARE LA LINEA. E POI IN QUESTE PAGINE, I CAPELLI IN ESTATE, I SOLARI E GLI SMALTI DAI COLORI PIÙ NUOVI**

**MOVIMENTO "ANTICICCIA"**  
L'attività fisica è fondamentale per rimettersi in forma. Ricordate che l'organismo inizia a bruciare i grassi dopo 20 minuti di movimento.

Rimodellante, ▶  
**Advanced Body Creator Aromatic Sculpting Gel** di Shiseido (49 €).

Crema anticellulite effetto rinfrescante  
**Corpo Nuovo** di Deborah Bioetyc (10,99 €).

Roll-On doppio massaggio Body Tonic Skin Naturals di Garnier (13,65 €).



◀ In gel, **Perfect Slim** **Giorno Body Expertise** di L'Oréal Paris (12,10 €).

**GEL E CREME SUPER RINFRESCANTI OPPURE CON ROLL-ON INCORPORATO SCONFIGGONO LA CELLULITE RIBELLE**

**Reborn** **Lifting Corpo** **Anti Age** di BioNike (in farmacia, 65,75 €).



◀ Agisce senza bisogno di massaggiare  
**Good Bye Cellulite 10 Giorni** di Nivea  
 (12,42 €).

di Giulia Stolfa

**A** questo punto la parola d'ordine è *remise en forme*. E subito! Rimettersi in riga e recuperare la linea si può, l'importante, per avere risultati in breve tempo, è giocare la carta delle strategie che integrano alimentazione, movimento e trattamenti che attaccano in modo completo cuscinetti e rotolini, così da arrivare preparate alla prova costume.

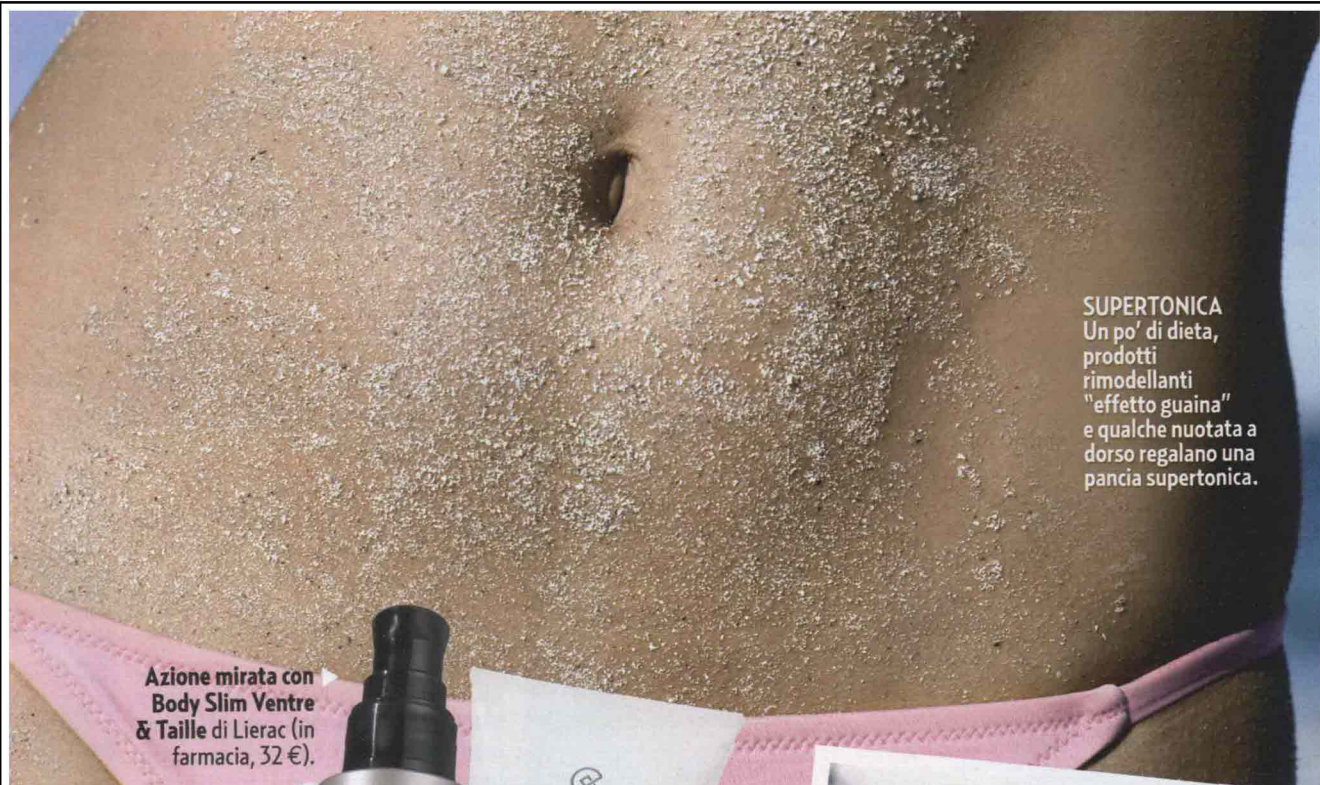
«Gli adipociti, o cellule grasse, sono un patrimonio genetico che ci portiamo dietro fin dalla nascita», spiega la dottoressa **Magda Belmontesi**, dermatologa e docente alla Scuola Superiore di Medicina Estetica Agorà di Milano. «Sono presenti nel nostro tessuto adiposo in un numero stabilito, diverso per ognuno, e non possono né aumentare di numero né diminuire.

«Però possono crescere in termini di volume, perché i grassi tendono a stoccarsi e accumulandosi gonfiano gli adipociti. Quando aumentano il loro volume causano buccia d'arancia, cuscinetti e adiposità localizzate e inoltre possono schiacciare i tessuti cutanei peggiorando la situazione di ritenzione idrica e gonfiore».

Le zone più soggette ai cuscinetti? «Pancia e fianchi ma anche ▶

**LA NATURA AMICA**  
 I più efficaci snellenti sono a base di principi attivi estratti da prodotti naturali, come ginseng, cacao, ananas e anche peperoncino.

GENTE 95



**SUPERTONICA**  
Un po' di dieta, prodotti rimodellanti "effetto guaina" e qualche nuotata a dorso regalano una pancia supertonica.

Azione mirata con **Body Slim Ventre & Taille** di Lierac (in farmacia, 32 €).



**Kiloçal** ▶  
**Rimodella**  
**Trattamento**  
**Snellente**  
**Ultra Attivo**  
**Menopausa**  
di Pool  
Pharma  
(in farmacia,  
35 €).



**Trattamento**  
**Snellente**  
**Rimodellante**  
**Corpo effetto**  
**pressoterapia**  
di Collistar  
◀ (47 €).



**UN SORSO**  
**DI BENESSERE**  
Una tisana  
alla sera aiuta  
a ridurre  
i gonfiori  
addominali.

**PER ELIMINARE LA PANCETTA, TRATTAMENTI SNELLENTI ADATTI A OGNI ETÀ E TISANE A BASE DI FINOCCHIO O DI ANICE STELLATO**

cosce e glutei».

Le creme snellenti di nuova concezione sono molto efficaci e agiscono su più fronti: "strizzano" l'acqua in eccesso, fenomeno più frequente quando fa caldo, per via della microcircolazione rallentata, e levigano la pelle. «Tra gli attivi spiccano caffeina e ginseng, cacao e ananas, rusco e ippocastano per favorire lo smaltimen-

to dei liquidi», dice la dottoressa Belmontesi. «Ma anche peperoncino oppure mentolo, per attaccare i grassi e mobilitarli con un trattamento caldo-freddo».

Per avere effetti più significativi, provate ad alternare una strategia giorno e notte. «Al mattino, via libera alle consistenze in gel che si assorbono rapidamente anche senza massag-

gio, precedute una volta alla settimana da uno scrub. La sera, invece, preferite prodotti specifici per la notte, come snellenti che agiscono in sincronia con l'ormone GH che nel corpo favorisce l'assorbimento degli attivi e aiuta lo smaltimento dei grassi. Massaggiate con movimenti circolari intorno all'ombelico, aiutandovi anche con appositi rulli e spazzole ▶

**UNO STIMOLO PER LA MENTE**  
Gli oli essenziali evocano ricordi ed esperienze e possono essere uno stimolo.



## PROFUMI E SALUTE

### Quando dimagrire è una questione di naso

ANNUSARE LIMONE, POMPELMO E VANIGLIA CALMA I MORSI DELLA FAME. MA SE CERCATE LA SERENITÀ, "SNIFFATE" UN PO' DI CIOCCOLATO

**L**e fragranze giocano un potente ruolo nella memoria olfattiva, perché sono in grado di dialogare con la nostra mente evocando ricordi ed esperienze a grande velocità. «Ogni olio essenziale ha proprietà specifiche e alcuni, se inalati, possono stimolare la lipolisi o essere in grado di dare una sensazione di sazietà», precisa la dottoressa Belmontesi. «Tra quelli che calmano la sensazione di fame ci sono il limone, il pompelmo rosa e la vaniglia. Alcune fragranze invece promuovono la formazione di serotonina, un ormone rilasciato dal cervello che trasmette una sensazione di grande appagamento: è il caso del profumo del cioccolato».

Per massaggi, **Olio Vegetale puro di Edera** di Specchiasol (in erboristeria e in farmacia, 8,50 €).

**Olio Essenziale Arancio Amaro** di Erbamea (in erboristeria e in farmacia, 7,50 €).



Per gambe leggere, **Circolazione Spray ai 17 oli essenziali** di PuresSENTIEL (in farmacia, 22,50 €).

specifici che potete trovare in erboristeria e in profumeria».

Imparate anche a "leggere" le vostre vere necessità. «Ogni girovita ha il suo problema e non tutte le pancette sono uguali», spiega la dottoressa. «A seconda dell'età, anche le cause possono essere diverse. Dopo i 45 anni il metabolismo rallenta: questo significa che gli accumuli di grasso sono più resistenti e difficili da debellare. In caso invece di dieta, la pancia può essere rilassata: si rivelano veramente molto preziosi in questo caso anche i prodotti con effetto "guaina rimodellante».

Ricordate anche che quando si perde peso il tessuto cede, quindi occorre idratare molto la pelle per evitare la formazione di smagliature. Ottimi il classico olio di mandorla oppure i più esotici burri di karitè o di illipe.

Via i liquidi in eccesso con **Apple Cider 600** di New Nordic (in farmacia, 60 compresse, 19,95 €).

«Una volta alla settimana», continua la nostra esperta, «vi suggerisco di ricorrere ai fanghi: applicateli su cosce e glutei, "bendatevi" con la pellicola trasparente che usate comunemente in cucina e infilate gli appositi pantaloncini effetto sauna riducenti e rimodellanti».

Per lavorare sugli adipociti dall'interno, invece, potete fare piccoli gesti, cambiamenti che variano di poco le abitudini quotidiane, ma possono farvi ottenere risultati visibili in poco tempo.

«Al posto del sale, che causa un maggiore ristagno di liquidi, provate le spezie: origano e rosmarino, essiccati o al naturale

renderanno i piatti saporiti. Poi, sostituite lo zucchero con il miele. E se la pancetta è accentuata da gonfiore, rinunciate a legumi, bevande gasate e alcolici e puntate sulle fibre. Ma anche le tisane a base di finocchio o di anice stellato aiutano a ridurre i gonfiori addominali per un girovita più snello».

L'attività fisica è fondamentale: «Ottime la corsa e la *cyclette*, purché gradualmente. Ricordate che l'organismo inizia a bruciare i grassi dopo 20 minuti di movimento con un'azione lipo-



**BELLE DA FAR GIRARE LA TESTA**  
Glutei perfetti? Provate con i fanghi e i pantaloncini "effetto sauna" riducenti.

litica». E in spiaggia o in piscina, l'acqua è vostra alleata. Sapete che quando nuotate potete scegliere lo stile più giusto per il vostro problema? «La rana ha un effetto snellente sulle gambe, mentre per un effetto tensore sulle cosce e per correggere la postura, indispensabile per rendere la pancetta meno visibile, è più indicato il dorso».

Giulia Stolfa

## GENTE DOSSIER BELLEZZA

«IN SPIAGGIA SÌ A IMPACCHI E OLI», DICE L'ESPERTO. «IL SOLE APRE LE SQUAME DEL FUSTO E I PRODOTTI PENETRANO MEGLIO»

# CAPELLI: AL MARE COME IN UNA SPA



**OCCHIO ALLA PETTINATURA**  
I capelli in spiaggia vanno raccolti con forcine. È meglio invece evitare gli elastici.

**RIFLESSI NATURALI**  
Prima di partire per le vacanze si può dare un ritocco al colore con lo shatush, che regala un leggero schiarimento, "perfezionato" poi dai raggi solari.



di Raffaella Case

**S**iete state attente alla linea perdendo quei famigerati due chili, avete preparato la pelle con integratori *ad hoc* in vista della spiaggia, ma ai capelli, succede sempre così, non avete minimamente pensato.

Per non finire come l'anno scorso, quando siete tornate dalle vacanze

con una tintarella da Acapulco, ma i capelli stopposi e sfibrati, con corollario di doppie punte, correte subito ai ripari. «Prima del mare consiglio alle mie clienti di regolare il taglio e fare uno *shatush*», dice Roberto Farruggia, direttore dell'*Atelier Aldo Coppola* di corso XXII marzo a Milano e direttore creativo di *Go Coppola* (uno che da Simona Ventura a Laura Pausini, a Belen ha pettinato le più belle del mondo

dello spettacolo). Ma come, il taglio e il colore *pre* vacanza? Noi di solito correvamo ai ripari *dopo*, soprattutto per quanto riguarda l'argomento colore. Che poi si sa come va a finire: complice il cloro e la salsedine, partiamo bionde e torniamo a casa sull'arancione.

«Se si usano tinte aggressive succede proprio così», continua l'*hair stylist*. «Invece affidarsi alla tecnica dello *shatush* consente di illuminare legger- ▶



mente il capello, regalando un'aria vacanziera già in città, e poi, una volta in spiaggia, i raggi del sole faranno il resto, schiarendo poco a poco la tonalità da cui siete partite».



Roberto Farruggia

Ma per evitare l'effetto paglia, quei capelli arruffati che già dopo due giorni di sole sono ingovernabili, che possiamo fare? «Parola d'ordine: prodotti specifici. Ovvero oli, shampoo, balsami, nella versione solare. E fatevi furbe, sfruttate la spiaggia come una *beauty farm*». Cioè? «Quando siete sul lettino applicate impacchi e maschere curative sulla capigliatura, perché il sole fa sì che si aprano le squame del fusto e i prodotti penetrino al meglio». Abbiamo un taglio corto, possiamo essere più disinvolte al mare rispetto a chi ha i capelli lunghi? «Lungo o corto il capello va trattato allo stesso modo, coccolato al meglio. Per il corto (quest'anno è il *must* di stagione, noi abbiamo creato il nuovo taglio *Dandy cut*, una pettinatura richiestissima alla *garçonne* "sfilata") ci sono gel solari specifici, che fissano e insieme proteggono. Chi invece ha i capelli oltre le spalle deve stare attenta alla pettinatura. Mai scegliere elastici troppo stretti, code tirate. Meglio un raccolto morbido tenuto su da forcine. Anche le nostre chiome d'estate devono respirare, andare in vacanza». Bionde o more: chi soffre di più l'esposizione ai raggi UVA? «Solo chi trascura i capelli». E per le signore che hanno scelto il bianco? «La tendenza oggi è sempre più diffusa tra le over 50, ma anche prima. È una scelta di naturalezza che condivido, che però necessita di qualche attenzione in più. Sotto il sole la capigliatura candida, soprattutto se il capello è poroso, tenderà a virare al giallo. Quindi bisogna insistere ancora di più con gli oli solari, un vero *toccasana*». Forza signore, si parte!

Raffaella Case

Idrata capelli e pelle **Phytoplage Shampoo Doccia** di Phyto (in farmacia 13,50 €).

Contro la salsedine, **Sole Nutrishampoo Fortificante** di Bioscalin (in farmacia, 9,90 €).

Capelli colorati che brillano con il **Trattamento sigilla colore** di Pantene (6,99 €).

Maschera doposole ristrutturante **Sun System Repair** di Bilboa (3,20 €).

Per chi nuota in piscina, **Sports & Swim Cap**, la crema a effetto barriera di Biopoint (15,10 €).

Magico contro l'effetto crespo l'**Huile Lactée** di Kérastase (29,50 €).

**IL TRATTAMENTO SIGILLA COLORE, IL LATTE ANTI-CRESPO, LA CREMA BARRIERA PER LA PISCINA: TUTTI I PRODOTTI "SOS RICCI"**



## GENTE DOSSIER BELLEZZA

### INGREDIENTI INNOVATIVI

Nei solari di ultima generazione ci sono ingredienti innovativi efficacissimi, come la betaina, un estratto dalla barbabietola che mantiene la pelle idratata, e la tirosina, che favorisce l'affiorare della tintarella.

# ABBRONZATISSIMA SENZA PAURA

LE NUOVE PROTEZIONI, DALLE "TEXTURE" SEMPRE PIÙ CONFORTEVOLI, SONO UNA BARRIERA CONTRO GLI INFRAROSSI, VERI RESPONSABILI DELL'INVECCHIAMENTO



**APPLICAZIONI RIPETUTE**  
Anche se molti solari resistono all'acqua, è sempre buona norma ripetere l'applicazione dopo il bagno.



▲  
**Allergy Sun Protection Gel FP 25** di Eucerin (in farmacia, 22 €).



▲  
**Sun Protection Spray oil free SPF 15** di Shiseido (29 €).



▲  
**Sun Delicate Skin Soothing Cream Progressive Tan SPF 50+** di Lancaster (37 €).



▲  
**Gel Idratante Lenitivo Ambre Solaire** di Garnier (11,49 €).



▲  
**Sun Secret Gocce Dopusole Idratanti e Riparatrici** di Korff (25 €).



▲  
**Intensifica la tintarella, Crema Attiva Bronz + 40% di Rougj** (in farmacia, 19,90 €).



▲  
**In caso di scottature solari, Cicatrene Crema** (in farmacia, 7,40 €).

## L'INTENSIFICATORE DI TINTARELLA, IL DOPOSOLE E LE GOCCE PER IL VISO: INDISPENSABILI IN VACANZA

di Giulia Stolfa

**L**a pelle ha un'ottima memoria. Una caratteristica fondamentale che le permette di rinnovarsi e innescare il turnover cellulare che la porta ogni mese a eliminare le cellule morte sostituendole con le nuove. Ma questa sua abilità, quando si tratta di esagerare con il sole, mostra il rovescio della medaglia presentando un conto che può anche essere salato. Le scottature infatti, con il tempo, causano macchie, perdita di tono, rughe profonde, come quelle

della zona del contorno occhi, compromettendo anche il Dna cellulare. Questo significa che la pelle, scottatura dopo scottatura, farà sempre più fatica a rimediare ai nostri errori.

«Il sole è un potentissimo antidepressivo naturale, mette in circolo neurotrasmettitori come le endorfine, che danno una sferzata di buonumore e di benessere, ma deve essere preso nel modo giusto», spiega Umberto Borellini, cosmetologo a Milano. «I raggi UVB sono responsabili del rossore e dell'effetto visibile delle scottature. Gli UVA invece vanno in ▶

## DIFESA BAMBINI

### Per i mini bagnanti il solare è colorato

METTERE LA PROTEZIONE AI PIÙ PICCOLI PUÒ DIVENTARE UNA VERA IMPRESA. ORA PERÒ CI SONO LE CREME TECHNICOLOR. COSÌ SPALMARLE DIVENTA UN GIOCO DA FARE CON LA MAMMA, CHE PUÒ CONTROLLARE MEGLIO E NON DIMENTICARE NEANCHE UN CENTIMETRO DI PELLE

**S**ecundo le più innovative ricerche scientifiche, le scottature in età pediatrica costituiscono uno dei maggiori fattori di rischio per il melanoma e altri tumori della pelle. «Il sole fa bene ai bambini perché è fonte di vitamina D, ma è anche vero che i piccoli sono più soggetti alle scottature perché hanno una pelle molto delicata», spiega il dottor Borellini. Ma riuscire a spalmare il solare sulla pelle di un

bimbo può essere una vera impresa. Per questo può essere molto pratico fare la prima applicazione della giornata a casa, prima di vestirsi, per non dimenticare nessuna parte del corpo. Poi, con le nuove texture colorate si può trasformare l'applicazione in un gioco, con il doppio vantaggio di intrattenere il bambino e di permettere al genitore di vedere dove non ha ancora spalmato il prodotto. «Riapplicare

la protezione spesso, soprattutto dopo i bagni», mette in guardia Borellini, «protegete i piccoli con cappellino e occhiali da sole, e ricordate che anche sotto l'ombrellone ci si può scottare». A fine giornata è importante il doposole: serve per idratare la pelle in profondità, restituendole ciò che sole e vento possono averle tolto. Inoltre è lenitivo e dona una gradevole sensazione di freschezza.

profondità, fino a intaccare le strutture del derma, e i loro danni si manifestano nel tempo: immaginateli come cicatrici invisibili, che però intaccano il collagene e le strutture di sostegno della pelle», spiega l'esperto.

La ricerca in questi ultimi tempi ha puntato molto sui solari: «Tra le novità, una maggiore protezione contro gli infrarossi, i raggi responsabili della sensazione di calore, capaci di danneggiare la pelle molto in profondità. Ma anche nuove texture (che non appiccicano e per questo molto apprezzate anche da chi fa sport e dagli uomini) più ricche per le pelli secche oppure oil free per le pelli grasse che, oltre a proteggere dal sole, sono anche un vero trattamento anti-lucido», precisa Borellini. «Innovativi anche gli ingredienti capaci di stimolare le difese naturali della pelle lasciando inalterato il film idrolipidico: mantengono la cute idratata grazie ad esempio all'aloè e alla betaina, un estratto dalla barbabietola. Altri principi attivi, come la tirosina, favoriscono l'affiorare della tintarella, e in un certo senso agiscono in sintonia con i meccanismi dell'epidermide. In tempi antichi, infatti, gli esseri umani avevano molti più peli, che funzionavano anche come difesa dal sole. Scomparsa in parte la peluria, il corpo ha compensato producendo più melanina (che è una risposta della pelle ai raggi) e sebo, (che contiene una sostanza protettiva idratante chiamata squalene). Alcuni estratti contenuti nei prodotti per la protezione solare imitano e potenziano proprio le difese che l'organismo mette in atto quando ci esponiamo. Zone come le mani, il contorno occhi, il retro delle ginocchia e le orecchie, però, sono meno dotate di melanina e ghiandole sebacee. Quindi in queste aree, più povere di difese, la pelle si scotta e si rovina più rapidamente: ecco perché bisogna sempre avere cura di fotoprotgerle».

Giulia Stolfa

Solar Expertise Latte Solare  
Protezione Kids IP 50 +  
di L'Oréal Paris (16,60 €).

Colorato,  
in spray,  
Sun Kids  
di Nivea  
di Nivea  
(14 €).

Spray Multi  
Posizione  
Capital Soleil  
SPF 30  
di Vichy  
(in farmacia  
21,50 €).



## GENTE DOSSIER BELLEZZA

di Raffaella Case

**T**enuti chiusi per mesi in stivali e stringate, al primo sole i piedi tornano a fare capolino da infradito e sandali. Sicure che lì sotto tutto sia in ordine?

Già, perché se con la manicure siete bravine, se la piastra per i capelli ormai non più ha segreti, quando si tratta di pedicure si rischia di combinare pasticci estetici (e non solo) mica da ridere. Abbiamo chiesto una mano a una vera esperta del settore, Paola Gilardi, direttrice della sede romana di Enhancements, la prima nail spa aperta in Italia (per info sulle sedi e sui prezzi: [www.enhancements.it](http://www.enhancements.it)). Dalla



# PIEDI DA STAR IN SEI MOSSE

«GUAÌ A TAGLIARE LE PELLICINE E OCCHIO ALL'ACETONE»: L'ESPERTA CI GUIDA PASSO PASSO PER ESTREMITÀ PERFETTE FAI-DA-TE

**IN LIBERTÀ**  
Dopo un inverno al chiuso, via libera all'energia del colore. Ma per evitare la pigmentazione dell'unghia, stendete sempre prima una base.

A lunghissima tenuta ▶ gli smalti Vernis in Love di Lancôme (16 €).



◀ Effetto diva: direttamente dagli Usa Nail Polish di Essie (11,90 €).

A tutto glitter con Doppio gioco di Collistar (10 €).

▶ Smalto Prêt à Porter di Deborah Milano (3,90 €).

▲ Ispirati alle nuance della frutta, gli smalti Delicious Colors di Mavala (5,90 €).

**GIALLO LIMONE, VERDE ACIDO O BLU PUFFO? QUESTA SARÀ UN'ESTATE A TUTTO COLORE**

pedicure allo champagne al trattamento futura mamma o sposa, alla manicure con massaggio coccolone, unghie e dintorni qui non hanno davvero segreti. «Per avere piedi perfetti bastano sei mosse», dice la Gilardi.

**Step 1:** «Levate lo smalto, cercando di acquistare solventi senza acetone, che a lungo andare possono ingiallire le unghie (durante l'inverno per evitare questo inestetismo sarebbe preferibile non applicare lacche sulle unghie, che così respirano)».

**Step 2:** «Procedete al taglio delle unghie. Noi in salone utilizziamo un tronchese, ma se non siete esperte ▶

A PROVA DI SANDALO Sali, calze esfolianti, raspa e penna anti callosità: sono i migliori amici dei piedi.

Trattamento ad azione rapida Pedi Stick per talloni secchi di Saltrati (8,90 €).

Calze esfolianti Foot Plus di Uraderm agli acidi della frutta per piedi screpolati (8,50 €).

Risultati in 7 giorni con la Penna anti callosità di Dr Scholl (8,50 €).

Compeed Vesciche, il cerotto che consente di muoversi in libertà (7,20 €).

Piedi più leggeri con Pedisal alla malva silvestre di Just (12 €).

meglio armarsi di pazienza e procedere con la lima. Piano piano.

**Step 3:** «Immergete i piedi in una bacinella d'acqua calda, magari aggiungendo sali al mentolo, defaticanti e rinfrescanti. Questa operazione va fatta solo dopo il taglio delle unghie, che se rimangono in ammollo si sfaldano. Lasciate riposare le estremità per una decina di minuti, quindi passate un olio o una crema emolliente specifici sulle cuticole, che andranno poi spinte verso la base con un bastoncino in legno d'arancio o di bambù. Non tagliate mai le cuticole, sono barriere naturali contro i batteri».

**Step 4:** «Tamponate i piedi con un asciugamano morbido, lasciando comunque la pelle umida e iniziate a strofinare delicatamente i talloni e i punti in cui la pelle appare ispessita con uno scrub alle mandorle, che libera dal primo strato di cellule morte. Poi passate, se ve la sentite, alla lama sgorbia, anche se ci vuole una certa competenza. Io consiglio di affidarsi alla pietra pomice, che è più delicata e vi evita danni».

**Step 5:** «Risciacquate con cura i piedi e con una crema emolliente al burro di Karité effettuate un massaggio deciso, senza trascurare lo spazio tra le dita, dove la pelle tende a seccarsi e a screpolarsi. Se necessitate di una terapia d'urto consiglio invece la paraffina: spalmatela sulle vostre estremità, indossate una paio di calzini e andate a nanna. Il giorno successivo avrete piedi da bimbo».

**Step 6:** «Tocca allo smalto. Date una passata di quello trasparente e indurente. Quando sarà asciutto, completate l'operazione con il colore che preferite, privilegiando tinte chiara, decisamente più facili da applicare e che evitano l'effetto trascurato alla prima scheggiatura».

Raffaella Case

## PEDICURE D'AUTORE

### Due "nuance" per distinguervi

«PER UN EFFETTO DIVERTENTE, SOVRAPPONETE DUE TONALITÀ», SVELA ESSIE WEINGARTEN, LA SIGNORA DELLE LACCHE, CHE TRA LE SUE CLIENTI HA ANCHE KATE MIDDLETON. «IL VERDE E IL BLU, INVECE, AIUTANO A MASCHERARE L'ETÀ»

Tra le fan dei suoi smalti ha celebrities come Madonna, Gwyneth Paltrow e Michelle Obama. Ma anche la regina Elisabetta, che da 20 anni non esce mai senza una passata della nuance "Ballet Slippers", o Kate Middleton, che per il giorno del matrimonio ha optato per "Allure". Essie

Weingarten (nella foto), fondatrice del marchio omonimo Essie, è da 30 anni la signora delle lacche per unghie, con oltre 100 colori in collezione. Come non sbagliare nella scelta? «Seguite l'istinto», dice. «Non serve coordinare lo smalto al colore della pelle o dei sandali.

Osate tinte stravaganti, i verdi e i blu, anche dopo i 50 anni: queste tonalità mascherano molto bene l'età delle mani e dei piedi di chi li indossa». E se i colori in vendita non ci soddisfano? «Vi svelo un segreto: utilizzate due tonalità differenti sovrapposte, a distanza di due minuti. Vedrete che effetto!».

