

beauty | confidential

DOTTORE,
LEI COSA FA
PER LA
CADUTA DEI
CAPELLI?

testo **Anna Alberti** foto **Dancian**

SERVIZIO IVANA SPERNIGELLI, TRUCCO TIINA ROIVAINEN, CAPELLI JEAN-LUC AMARIN, ENTRAMBI PER AIRPORT AGENCY



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Codice abbonamento: 095256

beauty | confidential

C'È ALMENO UNA COSA CHE CONDIVIDIAMO CON KIM KARDASHIAN, Penélope Cruz, Jennifer Aniston, e le tante celeb lungochiomete. Quella sorta di muta che sta lì a ricordarci la nostra appartenenza alla classe dei mammiferi: la caduta dei capelli. Nonostante lo stream of consciousness che tutte loro riversano sui social, per farci confidare beauty secrets davvero affidabili ci siamo rivolte alle specialiste. Cosa fa una dermatologa quando si ritrova troppi capelli sulla spazzola? Ecco i loro racconti.

CORINNA RIGONI *Presidente dell'Associazione Donne Dermatologhe.*

«Rossi, lunghi e tendenzialmente crespi: in vacanza cerco di disciplinare i miei tanti capelli con impacchi alla cera d'oliva. Ma al rientro devo proprio domarli con l'aiuto del parrucchiere. Inizio con uno shampoo a base di sostanze derivate da soia e cocco, arricchito con miele di acacia, aminoacidi di cheratina vegetale e acido ialuronico. Poi mi faccio applicare una maschera repigmentante, nutritiva e cattura-luce, per preservare colore e luminosità. E in ottobre, come ulteriore strategia anticaduta, utilizzo fiale con un bioattivatore metabolico che alterno a una lozione a base di tetrapeptide e ruscus aculeatus. Poi per un paio di mesi as-

sumo integratori di vitamina D, omega3 e zinco. Per la notte, un impacco ricco: olio di macadamia e ceramidi. Mi piace coccolare il mio punto di forza: non a caso mi dicono che "di tanti capelli ci si può fidare".

MAGDA BELMONTESI *Docente al Master di secondo livello in Medicina Estetica - Università di Pavia.*

Amo nuotare tutto l'anno in piscina, quindi prima di entrare in vasca applico sempre una maschera protettiva sui capelli asciutti e quindi indosso la cuffia. Quanto alla beauty routine, avendo capelli lunghi, lisci e sottili, scelgo uno shampoo alle proteine e un balsamo ristrutturante. Ma la mia "assicurazione" anticaduta sono gli integratori a base di aminoacidi ramificati ed essenziali, che associo a cicli trimestrali con integratori di omega3, zinco, vitamine C, E, D. Così la perdita settembrina non mi preoccupa: gioco d'anticipo.

PUCCI ROMANO *Docente all'Università Cattolica di Roma e presidente di Skineco (ecodermatologia). Ha appena pubblicato Un'amica per la pelle (Giunti).*

«Ormai sono preparata, a settembre i miei capelli sono sempre un po' provati, tanto che il "copri fuoco caduta" si conclude solo

DOC BEAUTY SECRETS: IMPACCHI SERALI CON ARGAN, KARITE, AVOCADO

PROMUOVERE LA (RI)CRESCITA 1. AZIONE SINERGICA KÉRASTASE CURE ANTI-CHUTE SOIN CUIR CHEVELU (IL COFANETTO DA 30 FIALE CON IL BAIN PREVENTION A 109 €). **2. MISSIONE RINFORZANTE** BIOSCALIN TRI-COAGE TRATTAMENTO ANTICADUTA SIERO CONCENTRATO (53,95 €). **3. BOOSTER VITAMINICO** VICHY

56 mc

I PREZZI SONO INDICATIVI

con l'anno nuovo. Per questo al rientro prenoto un buon taglio. Poi dedico attenzione all'ecosostenibilità dei prodotti, dato che siliconi e sostanze di derivazione petrolchimica sono sempre in agguato. Inoltre un paio di volte a settimana faccio un impaccolo serale di oli vegetali (argan, karité, avocado), e la mattina faccio uno shampoo delicato. Così evito il balsamo. Per la piega niente piastre né ferri, che con le alte temperature sfibrano la cuticola. Dopo il phon fisso le punte con qualche molletta, intanto mi vesto, e infine spazzolo i capelli a testa in giù, modellandoli con un velo d'olio vegetale. Ma il nutrimento per cute e capigliatura cerco di assicurarmelo a tavola: per esempio con l'uva e i suoi polifenoli, un'autentica cura di bellezza.

ADELE SPARAVIGNA *Specialista in dermatologia a Milano e Monza.*

La prevenzione anticaduta inizia... dal capello. D'estate lo indosso sempre, proteggendo così il cuoio capelluto dalle scottature. In più, applico sulle lunghezze oli arricchiti da filtro solare. E a settembre elimino la porzione di capelli danneggiata da sole e salsedine con sapienti colpi di forbice. Poi per ripristinare le componenti del fusto e riparare le microlesioni, scelgo maschere a base di cheratina, elastina, olio d'argan o di jojoba. E, dato che dopo lo stress estivo la seborrea si accentua, utilizzo anche lozioni a base di argilla bianca, estratti di lavanda e rosmarino, ottimi dermopurificanti. □



DERCOS TECHNIQUE AMINEXIL INTENSIVE 5 (21 FIALE A 71 €). **4. RICETTA BOTANICA** PHYTO PHYTOLOGIST 15 (12 FIALE A 96 €). **5. CONCENTRATO DI ENERGIA** FRAMESI MORPHOSIS DENSIFYING EXTREME DROPS (12 MINI FLACONI A 54 €). **6. AZIONE RINVIGORENTE** KERAMINE H FIALA ANTICADUTA (12 FIALE A 13,60 €).

mc 57