

BEAUTY & moda

I sogni son desideri...

Il 91 per cento degli italiani sogna di rigenerare corpo e mente alle terme: lo rivela un sondaggio di Lastminute (il cliccatissimo sito di turismo). Se anche tu vuoi concederti una pausa di vero benessere, con il tuo lui o con le amiche, fallo in uno dei centri termali con la marcia in più. **(a pag. 151)**

Collo in primo piano

Alle recenti sfilate di Parigi è apparso evidente che la prossima primavera-estate il collo sarà protagonista. Se vuoi arrivare all'appuntamento con un décolleté impeccabile, segui i consigli degli esperti per prevenire collane di Venere e doppio mento. **(a pag. 145)**

Doccia: la tua Spa in un metro?

Da un'indagine di Future Concept Lab, leader nelle ricerche sulle nuove tendenze, emerge che un italiano su quattro vorrebbe creare a casa propria un "centro benessere". Se hai poco spazio a disposizione (o le finanze scarseggiano) inizia a organizzare l'angolo-doccia. **(a pag. 142)**

Getty

BELLEZZA

Testo di **Chiara Libero**

Ti lavi, rendi la pelle più liscia, ti liberi dai peli superflui e persino dalla cellulite. E, rispetto a un bagno in vasca, risparmi circa il 50 per cento d'acqua: sotto la doccia puoi fare più trattamenti allo stesso tempo e tornare come nuova

✓ in 2 minuti

PURIFICHI IL VISO CON L'ESFOLIANTE

Il vapore, si sa, ha la capacità di aprire i pori della pelle. Infatti le estetiste lo utilizzano per effettuare la pulizia profonda del viso. «Sotto la doccia calda puoi ottenere un effetto simile con l'umidità dell'ambiente», osserva la dermatologa Magda Belmontesi. «Due o tre volte la settimana, a seconda del tuo tipo di pelle, applica uno scrub delicato, massaggia per un paio di minuti, insistendo sulla zona a T, quindi sciacqua velocemente con acqua tiepida». L'effetto purificante dei microgranuli sarà più evidente. **Il prodotto giusto** Adatto anche alla pelle più sensibile, l'*Esfoliante Fisiologico Ultrafine* di *La Roche-Posay* agisce con particelle micronizzate che eliminano le impurità e limitano l'ossidazione delle cellule. La texture in gel limita lo sfregamento meccanico che può causare irritazioni. 50 ml, 14,70 €. In farmacia.



✓ in 1 minuto

METTI KO LA CELLULITE

«La doccia può essere un ottimo alleato nella lotta contro gli inestetismi della cellulite. L'importante è disporre di un doccino che ti permetta di dirigere il getto dell'acqua dal basso verso l'alto, alternando caldo e freddo», spiega la dermatologa. «In questo modo effettui una "ginnastica" che aumenta la circolazione e favorisce, poi, l'assorbimento delle creme specifiche». Oggi sono disponibili anche trattamenti studiati apposta per essere usati sotto l'acqua: più comodo di così! **Il prodotto giusto** *Aqua Slimmer Gel* di *Venus* si applica sotto l'acqua calda che aiuta la penetrazione dei principi attivi (cafeina, alghe atlantiche, sali ed estratti marini, olio essenziale di zenzero) e ne potenzia gli effetti. Massaggia per un minuto, poi passa un getto d'acqua fredda che rassoda e fissa il risultato. Effetti visibili già dopo due settimane d'uso quotidiano: riduzione della circonferenza coscia fino a 1,7 centimetri. 200 ml, 13,90 €. In profumeria e nei super.



Bella in
5 minuti!
Ti basta
una doccia

Van Kasteel

✓ in 3 minuti

RENDI PIEDI E MANI ULTRAMORBIDI

Cuticole indurite? Piedi ruvidi? «Il potere ammorbidente dell'acqua è noto: dopo la doccia sarà più facile eliminare la pelle morta dai talloni con la pietra pomice», dice Belmontesi. Ma non solo. Applica un po' di crema nutriente attorno alle unghie prima di metterti sotto l'acqua, massaggiandola con cura. L'azione sinergica del getto caldo e del trattamento ti aiuterà a eliminare le pellicine morte: uscita dalla doccia ti basterà spingerle indietro con un bastoncino di legno d'arancio. E, dopo, un'altra bella dose di crema. Risultato: mani e piedi perfetti. **Il prodotto giusto** Il complesso *Green Tea Revitalize* messo a punto da *Elizabeth Arden* sfrutta le proprietà antiossidanti del tè verde e del tè bianco, che si uniscono a quelle ristrutturanti, idratanti e rigeneranti dell'estratto di bamboo, del ginkgo biloba, della *Schopra Japonica*. Lo trovi in *Hand & Foot Moisture Therapy*, per mani e piedi ultramorbidi. 125 ml, 20 €. In profumeria.



✓ in 1-5 minuti

NUTRI LE CHIOME CON L'IMPACCO

Uno shampoo e poi una maschera specifica: niente di meglio per i tuoi capelli. «Mentre effettui tutti gli altri trattamenti (scrub, depilazione, massaggio anticellulite) puoi tenere in posa l'impacco», suggerisce Belmontesi. Sarà molto più efficace perché per effetto del vapore presente nell'aria troverà le squame dei capelli aperte e pronte a ricevere i principi attivi. «Una volta terminata la posa, emulsiona delicatamente e poi passa il getto d'acqua per eliminare anche le particelle di cute secca che si staccano dal cuoio capelluto». **Il prodotto giusto** Con estratti di orchidea e di cocco delle Hawaii, la *Maschera Potere Idratante di Herbal Essences* lascia i capelli morbidi e "dissetati" anche dopo un solo minuto d'applicazione. 200 ml, 5,99 €. Nei super.



✓ in 3 minuti

CONQUISTI UNA PELLE DI SETA

Con un guanto di crine, se hai la pelle super resistente; con una striscia di luffa, se preferisci un'azione meno strong; con un prodotto a base di sali per un effetto drenante; con granuli d'origine vegetale per nutrire mentre esfoli: lo scrub al corpo sotto la doccia è irrinunciabile. «Se hai la pelle molto sensibile, però, fallo soltanto una volta la settimana, e presta molta attenzione alle parti più delicate, come il seno e l'interno cosce», raccomanda l'esperta. Via libera, invece, su gomiti, ginocchia e talloni. E poi una bella passata con il doccino che elimina ogni impurità.



Il prodotto giusto La formula priva di sapone e ricca di olio di soia e d'avocado (supernutrienti) è perfetta per la pelle secca e delicata. L'effetto levigante è affidato alle macrosfere morbide che eliminano cellule morte e rugosità, e alle microsfele di jojoba, che affinano la grana della pelle. Ottima anche sul contorno delle unghie e il dorso delle mani. *Nutriextra Crema esfoliante di Vichy*, 200 ml, 12,50 €. In farmacia.

✓ in 4 minuti

TI DEPLI AL VOLO E PERFETTAMENTE

Per liberarti dai peli superflui sotto la doccia puoi scegliere il rasoio o la crema. «In entrambi i casi il vantaggio è assicurato perché l'acqua calda apre i pori e facilita l'uscita del pelo», assicura la dermatologa. «Per un risultato impeccabile due giorni prima della depilazione effettua uno scrub per "liberare" i peli incarniti (non farlo subito prima: rischi di irritare la pelle). Rasoio o crema agiranno meglio e il risultato durerà più a lungo». **Il prodotto giusto** Con il guantino hair remover che trovi nella confezione la *Crema Depilatoria Depilshower Depilsoap* di Cadey è facilissima da usare sotto la doccia. La trovi in due versioni: per pelli normali, con fiore di mandorlo e olio d'oliva, e per pelli delicate, con burro di karité e petali di rosa. 150 ml, 6,30 €. Nei super.

