

# DONNA MODERNA

**CORONAVIRUS**  
COME VIVONO  
GLI ITALIANI CHE  
HANNO GIÀ UNA  
MALATTIA GRAVE

**100 ANNI DI  
ALBERTO SORDI**  
MAGNIFICO  
CIALTRONE

**SCOLPISCI  
I MUSCOLI CON  
IL BILANCIERE**

**CYBERBULLISMO**  
LA LEGGE C'È  
MA NON  
FUNZIONA.  
PERCHÉ?

**SPECIALE VISO  
BELLISIME  
OVER 50**

**ANITA  
LORUSSO**  
23 anni,  
danzatrice  
di Bari

## DETTAGLI DI MODA

1,50 €

GRUPPO **MONDADORI**

SETTIMANALE Poste Italiane spa - Sped. in A.P. D.L. 353/03 art. 1, comma 1, DCB Verona Austria € 4,00, Belgio € 3,70, Canada Cad 10,00, Canton Ticino Chf 4,30, Francia € 3,90, Germania € 5,00, Lussemburgo € 4,00, MC, Côte d'Azur € 4,00, Portogallo (Cont.) € 4,00, Spagna € 4,00 Svizzera Chf 4,40, Uk Gbp 3,40, Usa \$ 6,90.





SPECIALE VISO

# L'ETÀ DELLA RISCOSSA

Belle, seducenti e smart, le star over fifty fanno tendenza più che mai. Perché oggi avere superato gli "anta" non è più un problema. Anzi, è la nuova golden age

di Alberta Pianon - ha collaborato Giulia Lenzi

La pop star Jennifer Lopez, 50 anni a luglio, è famosa per il suo make up dall'effetto luminoso.

**B**asta musi lunghi. Oggi compiere 50 anni non è un buon motivo per essere tristi. Le donne di questa età sono realizzate a livello personale, conducono una vita attiva e dinamica e si sentono attraenti. Insomma, hanno ancora molto da dire e non perdono fascino. Lo dimostra anche il successo di tante star non più giovanissime. Sul grande schermo, Jennifer Lopez ha sedotto tutti ballando la pole dance nelle *Ragazze di Wall Street*. Jennifer Aniston, è ammirata per la sua aria da eterna ragazza. Sulle passerelle di Parigi appena concluse, Helena Christensen, top model degli anni Novanta, è apparsa splendida in una tuta scintillante firmata Balmain. Insomma, i 50 anni oggi non fanno più paura. Lo affermano anche la giornalista Michaela K. Belisario e l'avvocata Claudia Rabellino Becce che, nel loro libro *Felici a 50 anni. E se fosse una golden age?* (Morellini Editore), definiscono il periodo che coincide con la menopausa un'età dell'oro. «Ci chiamano la generazione senza età proprio perché maturità ed esperienza si associano in modo positivo a un corpo che può essere ancora seducente e a una mente ancora produttiva» affermano le autrici. Certo il tempo che passa lascia i segni sul viso. Ma le soluzioni per rallentare il processo di invecchiamento ci sono, e sempre più mirate. Niente facce di gomma, però. Ora fa tendenza il *well aging*, ovvero un concetto positivo del tempo che passa. Giusto prendersi cura della pelle, ma senza cercare di dimostrare 20 anni di meno. Il motto? Invecchiare sì, ma invecchiare bene.



## CONTRASTA LA FORZA DI GRAVITÀ

Le rughe non fanno più paura, ora vengono considerate "segni di vita". E allora cosa preoccupa maggiormente le over 50? «Di solito temono lo svuotamento dell'ovale» dice Mariuccia Bucci, dermatologa. «Con la menopausa i fibroblasti, le cellule responsabili del tessuto connettivo, fondamentali per mantenere tonica la pelle, iniziano a perdere la loro funzione. La densità cellulare diminuisce, così nel derma si possono creare dei vuoti che fanno perdere compattezza». Così il viso tende a cedere e allungarsi. le guance si svuotano. È il momento di agire su più fronti. «A tavola è bene aumentare l'apporto di fitoestrogeni per compensare il calo ormonale fisiologico. Basta poco. Ad esempio, a colazione si può aggiungere allo yogurt un cucchiaino di un mix di semi di soia, chia e canapa». Ottima, poi, la ginnastica facciale. «Rinforza la muscolatura in modo da contrastare la forza della gravità» aggiunge Bucci. Per quanto riguarda i cosmetici, invece, è importante scegliere quelli che racchiudono principi attivi rimpolpanti e ristrutturanti». Tra gli ingredienti più efficaci, al momento, ci sono i fitosteroli, sostanze estratte dalla soia che hanno un'azione biomimetica, cioè simulano la presenza di estrogeni promuovendo la sintesi delle fibre di collagene ed elastina. L'azione giovinezza parte da qui.

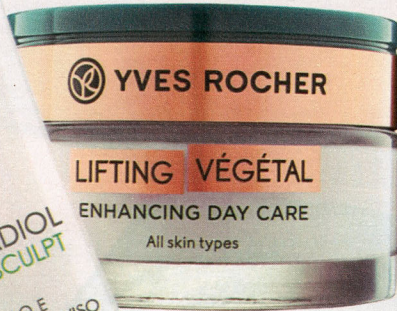
Per un effetto tensore e antigrafità c'è Lifting Elixir di Arval (81 euro), un siero con estratto di avena sativa.



Grazie al fitosterolo, Neovadiol Phytosculpt Collo e Contorni del Viso di Vichy (38 euro, in farmacia) migliora l'elasticità della pelle.



Una crema anti-tietà globale che ridensifica e scolpisce in un solo gesto: Global Repair di Filorga (109 euro).



Lifting Végétal Enhancing Day Care di Yves Rocher (29,95 euro) ha una formula a base di collagene vegetale tonificante.

## ULTRASUONI A BERSAGLIO

«Per tonificare il viso funzionano bene gli ultrasuoni microfocalizzati» dichiara Mariuccia Bucci, dermatologa. «Si tratta di ultrasuoni ad alta intensità che, grazie a un manipolo, raggiungono con precisione la zona interessata e ne portano la temperatura intorno ai 70 gradi. Questo shock termico attiva un processo di autogenerazione che stimola la produzione di nuovo collagene. Il risultato? Già dopo una seduta la pelle appare più compatta e i contorni sollevati». Il trattamento non lascia segni visibili. «Si avrà la sensazione di un leggero indolenzimento, ma il volto non presenterà ematomi né rossori» assicura la specialista.

L'attrice Jennifer Aniston, 51 anni, è invidiata per la sua aria da eterna ragazza.



migliora l'elasticità della pelle