

LE

N.33 SETTIMANALE 19.08.2025
€ 1,20 IN ITALIA

DONNE CORAGGIOSE

LA MIA GUERRA
PER SALVARM
DAL SANTONE

PSICOLOGIA

EMDR: LA TERAPIA
ANTI-TRAUMI
CHE PIACE
AI FAMOSI

VIAGGI

DAL VENETO
ALLA SICILIA
5 PARADISI
BANDIERA BLU

MILA

KUNIS

IO E ASHTON,
NELLA BUONA
E NELLA CATTIVA
SORTE

DAKOTA JOHNSON

ORGANIZZO NOZZE
(MA NON LE MIE)

LUISA CORNA

60 ANNI IO, 45 LUI:
E SONO FELICE

PAMELA ANDERSON E LIAM NEESON

58 ANNI LEI, 73 LUI:
SARANNO FELICI?

AMANDA KNOX

UNA SERIE TV
PER GRIDARE
LA MIA INNOCENZA

SHOPPING D'AUTUNNO

130 CONSIGLI PER RINNOVARE IL GUARDAROBA



CAIRO EDITORE

BEAUTY

In estate, in città e al mare, la pelle affronta continui stress che compromettono le sue già risicate riserve d'acqua. In aiuto arrivano vitamine, ceramidi, spray termali, centrifugati e soprattutto after sun

*di Simona Fedele
testi di Claudia Bortolato*

CAPITALE

LIQUIDO

Mai senza doposole

*** RIPARANO
E RIGENERANO**



Finish glow

Prolunga l'abbronzatura, illumina e contrasta la disidratazione. Lait de Soins Corps Nacrée Prolongateur de Bronzage di Institut Esthederm (59 euro).

RITUALE DEL TRAMONTO

Il doposole rigenera la pelle dopo la scorpacciata di sole. «Non è sostituibile con l'idratante, perché questo, pur riequilibrando la perdita d'acqua, non ripara i danni indotti dagli Uv. Se durante la notte la cute non riesce a rigenerarsi completamente, il giorno dopo avrà le difese immunitarie impoverite», continua Mariuccia Bucci. Gli after sun di nuova generazione potenziano la ristrutturazione dermica con ingredienti come acido ialuronico, ceramidi e lipidi biomimetici, mentre i complessi antiossidanti, tra cui vitamina E, coenzima Q10, niacinamide e resveratrolo, neutralizzano i radicali liberi.

ARRIVA DAL MARE L'AIUTO EXTRA

Brume, maschere, mist contenenti minerali e altri ingredienti marini e acqua termale potenziano il processo di rigenerazione cutaneo e donano un sollievo immediato. Si applicano subito dopo la detersione e prima della crema idratante oppure dell'after sun, per sublimarne l'effetto lenitivo e refrigerante.

Lenitivo

Aloe e vitamina E antirossore, Siero Viso Doposole Aloe Vitaminica di Equilibra (14,90 euro).



Ristrutturante

Doposole specifico viso con attivi antiossidanti, tra cui coenzima Q10, vitamina E, acido ialuronico, After Sun Crema Viso di Bioearth (21,90 euro).



Antiossidante

Si avvale di ingredienti calmanti, elasticizzanti, rigeneranti e antiage per viso e corpo, Emulsione Aftersun di Bakel (59 euro).



CRONOCOSMESI

Adattare formula e consistenza ai tempi dell'abbronzatura aiuta a sublimarla. Nei primi giorni applica un doposole ricco e riparatore, con burri vegetali, calendula, arnica. Poi passa a un balsamo levigante, mentre a fine vacanza punta sui prolungatori, da utilizzare anche al rientro almeno per un mese. Per il viso tieni conto di tipologia cutanea ed età. «Le formulazioni con concentrati ristrutturanti, coenzima Q10, ceramidi e collagene rimpolpante sono indicate per la pelle matura».



RINASCERE NELL'ACQUA

La talassoterapia di **Forte Village Resort** di Pula è conosciuta in tutto il mondo. Il percorso a sei vasche, in mezzo a palmizi e piante tropicali, vale già il viaggio, l'olio di mare, brevettato da Angelo Cerina, direttore medico scientifico dell'Aquaforce Thalasso & Spa, fa il resto. Dall'acqua purissima, ad alto tasso di salinità del Golfo di Santa Margherita, fatta opportunamente riposare e drenata, si ottiene un olio ricco di cloruro di sodio, cloruro di magnesio, sale di potassio che sgonfia, detossina, rilassa le tensioni muscolari ma, soprattutto, è un potentissimo antinfiammatorio. Insomma, una vera cura in ambiente liquido per corpo e mente (l'immersione nelle vasche aumenta la produzione di endorfine). Completano l'azione gli impacchi ai fanghi marini, attivati con l'olio di mare, o la crioterapia con bendaggi a freddo. Info: fortevillage.com

Aria (troppo) fresca? OCCHIO ALLA DESERT SKIN

PROTOCOLLO ANTI-FREEZE

Porta sollievo immediato, ma l'aria condizionata non fa bene alla pelle, anzi la inaridisce intaccando le sue riserve d'acqua. «Se non puoi farne a meno, concediti qualche pausa impostando la modalità deumidificatore. Sul viso, dopo detergente e tonico senza alcol, passa un'essence, per esempio alla bava di lumaca, o un siero all'acido ialuronico a tre pesi molecolari per idratare ogni strato e rafforzare la barriera. Poi stendi un olio vegetale, jojoba o rosa mosqueta, prima di massaggiare la crema idratante e antiossidante a base di ginseng, vitamina C, alghe». La sera tieni in posa una sheet mask idratante.

Riserve blu

Sfrutta l'azione di un peptide riparatore per ripristinare le riserve d'acqua, Blue Hyaluronic Intensive Moisturizer Water Bank di Laneige (30,80 euro).



Soffio alpino

Lozione rinfrescante ricca dell'acqua pura delle Dolomiti e di radice di tarassaco, Bruma Spray Phyto Defence di Dolomia (12,90 euro).



Pausa maschera

In tessuto, utilizza l'esclusivo sistema di rilascio che facilita l'idratazione profonda, Collagen Sheet Mask Recovery Anti-aging di pmd (39 euro).

CONSIGLI AD ALTA QUOTA

Nelle cabine aeree i livelli di umidità molto bassi, spesso sotto al 20 per cento, disidratano e stressano la pelle. Quando sei in volo, oltre a bere tanta acqua ed evitare caffeina e alcolici, vaporizza sul viso, ogni ora, una mist con acqua termale e probiotici. «Applica anche una crema barriera ricca di ceramidi prima del decollo e sopra, se la cute è secca per costituzione, un velo di burro vegetale come il karité. Infine tieni in posa una mascherina in idrogel specifica (o, comunque, idratante) per il contorno occhi e la zona delle labbra», conclude Mariuccia Bucci. **F**