

CURIOSA OTTIMISTA DINAMICA

Donna

moderna



Moda

BACK
to OFFICE



BACK
to SCHOOL

**SPECIALE
BAMBINO**

DAL LIDO

*Monica Bellucci
e Tim Burton*

L'AMORE "DA GRANDI"

Federica Rosellini

**UN'ATTRICE,
MILLE TALENTI**

MISSIONE LONGEVITY

**RISTORANTI,
HOTEL E SPA
DI LUNGA VITA**

**SOPRAVVIVERE
A UN TRADIMENTO
5 REGOLE BASE**

**BEAUTY CHECK
D'AUTUNNO
I TRATTAMENTI
VISO & CORPO
DEL RIENTRO**

NUOVI INIZI

E se provassimo la settimana corta?

**Lavorare 4 giorni su 7:
perché non è una cattiva idea.
I pro e i contro**

2,00 € 5 SETTEMBRE 2024
ANNO XXXVII - N° 37

SETTIMANALE Poste Italiane SpA
Spedizione in Abbonamento Postale
AUT n° MIPA / LO - NO / 196 / A.P.
7/2020 Periodico ROC - Austria AUT:
6,50 € Belgio BE 5,20 € Corsica/Costa
Azzurra/Principato di Monaco Côte
d'Ivoire 6,50 € Germania D 6,50 €
Lussemburgo LUX 6,70 € Portogallo
PT 6,50 € Spagna E 5,20 €
Svizzera francese CH 6,20 Chf. Svizzera
italiana IT 5,90 Chf. Svizzera
tedesca CH 6,20 Chf.

Periodici S.r.l.



9 771120 502279



segna **IN AGENDA**

Settembre è il mese ideale per mettere in scaletta un ciclo di trattamenti estetici, con il medico oppure in istituto. Dalla pelle super luminosa al corpo più tonico, ti aiutiamo a **pianificare il tuo autunno beauty**

di **Claudia Bortolato** - ha collaborato **Giulia Lenzi**



remise en forme



attenua

1. La texture leggera di Pigment Solution Fluid SPF 50+ di **HelioCare** (27 euro, in farmacia) uniforma l'incarnato con niacinamide e acido ellagico.
2. Il siero con acido tranexamico Melaclear di **Isdin** (64,90 euro, in farmacia) promette di ridurre le macchie solari in 14 giorni.
3. Un trattamento avanzato pensato per combattere tutti i tipi di discromie: Cellular Luminous 630 Anti-Macchie di **Nivea** (22,90 euro).



cancella

Se hai i capillari fragili, le Gocce Biologiche Vite Rossa Gambe di **Erbamea** (13,50 euro), prese tutti i giorni, migliorano microcircolo e circolazione venosa.

È ADESSO

il momento giusto per stilare la tua agenda di *remise en forme* pelle e corpo, in vista del prossimo anno. Iniziando già ora, infatti, darai ai trattamenti, anche i più delicati, tutto il tempo di agire. E persino le cure beauty da fare a casa, per potenziare quanto farai in istituto, ti daranno più soddisfazione. A beneficiarne sarà anche l'umore: vuoi mettere un autunno e un inverno con un programma di coccole già avviato?

Attenua le macchie con un peeling

Per minimizzare le iperpigmentazioni puoi affidarti a una combinazione di trattamenti in istituto. «Si parte con la valutazione della tipologia e dell'estensione delle macchie, poi si pianifica un protocollo personalizzato» spiega Claudia Ferretti, estetista. «Si possono proporre, ad esempio, tre sedute di microneedling, fatto con uno strumento ad aghetti che, scivolando sulla pelle, ne stimola la rigenerazione e fa penetrare meglio la soluzione antimacchia. È efficace soprattutto se alternato a tre sedute con un peeling a base di acidi esfolianti leggeri, come il mandelico. Ogni sessione prevede anche la posa di una maschera-patch schiarente, con arbutina e acido lattico». Le sedute vanno alternate, una di microneedling e una di peeling, ogni 15 giorni. Costo del pacchetto: 800 euro circa.

Rassoda l'ovale con la radiofrequenza

Se vuoi risollevare i contorni del viso, che con l'età tendono a scivolare verso il basso, prova la radiofrequenza estetica. Gli apparecchi dell'estetista sono tarati su valori meno potenti rispetto a quelli medici, però puoi ottenere lo stesso un buon effetto lifting. Aumentare la temperatura della pelle grazie alle onde elettromagnetiche della radiofrequenza, oltre a riattivare la circolazione sanguigna e linfatica, fa ritrarre le fibre del collagene, con il risultato che i tessuti si rassodano e ricompattano istantaneamente. Non solo: stimolare la produzione di neocollagene ed elastina nel tempo esercita un'ottima azione rassodante. Per restituire definizione all'ovale servono circa 10 sedute. Costo: 100 euro circa l'una.

Cancella i capillari con le sclerosanti

Un metodo rodato per eliminare le venuzze di piccolo o medio calibro, le cosiddette teleangectasie, è quello delle terapie sclerosanti. «Si tratta di microiniezioni di polidocanolo (un anestetico) che chiudono i vasi capillari dilatati» dice Buccì. Non sono dolorose, al massimo si avverte un po' di bruciore. Per non macchiare la pelle, durante il ciclo di sedute (di solito da 3 a 5, una al mese, secondo l'entità), va evitato il sole, anche quello di città, quindi niente gambe scoperte! Costo a seduta: 150-200 euro circa.



rassoda

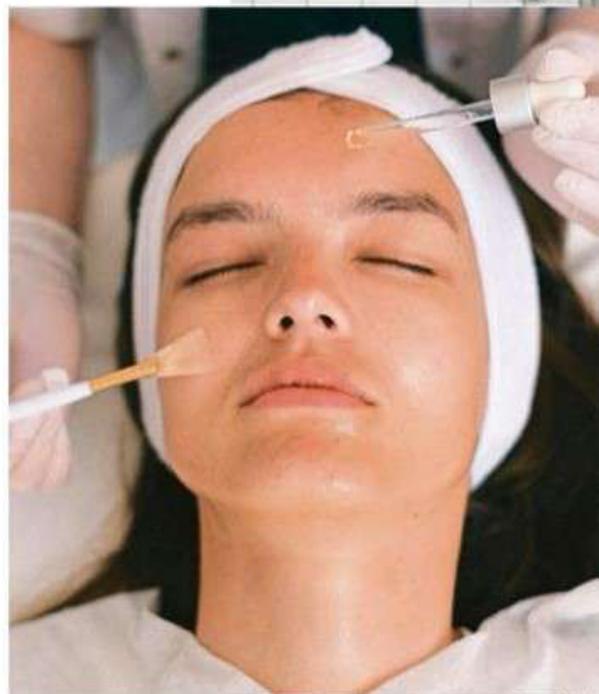
Il cocktail di bakuchiol, niacinamide e pro-ceramidi di **Dermabsolu Crema Notte Intensiva Rimodellante di Eau Thermale Avène** (53,90 euro, in farmacia) agisce sui contorni dell'ovale.

remise en forme



leviga

1. Biology Hyalu Siero 3-in-1 di **A Derma** (29,90 euro, in farmacia) idrata, rimpolpa e ha proprietà anti-inquinamento. 2. Grazie all'acido ialuronico puro a alto e basso peso molecolare, Hyaluronic Acid L.H. Serum di **Miamo** (79 euro, in farmacia) rivitalizza la pelle. 3. La texture gel a triplo peso molecolare di Defence XAge Hyalu-Lift di **Bionike** (44,90 euro, in farmacia) restituisce tono e volume.



Leviga le rughe con la biorivitalizzazione

La parola magica per far riaffiorare il naturale splendore della pelle e darle uno sprint rigenerante è "biorivitalizzazione". Con 3-4 sedute (una al mese, circa 200 euro l'una), rinfreschi efficacemente viso e décolleté. «Il medico esegue delle microiniezioni di un cocktail di acido ialuronico molto fluido, vitamine, aminoacidi, minerali che, idratando e stimolando il collagene e l'elastina, rimpolpano, tonificano e attenuano le rughetta» spiega Arianna Venturoli, medico estetico a Bologna. Per levigare le rughe un po' più profonde, invece, l'ultima tendenza è la biostimolazione con i polinucleotidi. «Si tratta di frazioni di DNA di origine naturale, molecole derivate da pesce destinato all'alimentazione e trattate con una tecnologia ad elevato grado di purificazione e sicurezza. Anche in questo caso, il cocktail viene iniettato con microaghi per stimolare i fibroblasti e dare uno sprint all'attività cellulare migliorando cedimenti cutanei e rughe profonde». Occorrono 4-6 sedute. Costo: 150-180 l'una.

Elimina i peli con la luce pulsata

Per arrivare a primavera con una pelle liscia e farla rimanere tale a lungo, puoi iniziare proprio ora un ciclo di sedute di epilazione permanente. Dall'estetista trovi degli apparecchi a luce pulsata depotenziati, che richiedono qualche seduta in più rispetto a quelli medici, ma che funzionano bene. Quest'ultimi sfruttano una radiazione di luce che, a differenza del laser, ha il vantaggio di poter essere utilizzata su tutto il corpo. Per le gambe servono da 7 a 10 sedute (una ogni 3-4 settimane), perché la crescita dei peli avviene secondo cicli non sincroni (a ogni trattamento solo il 20% dei peli è nella fase giusta). Per l'inguine servono 4-7 sedute; per i baffetti da 6 a 8 sedute. Costo totale: da 600 euro le gambe; baffetti: 150 euro, ascelle 250; inguine 300 euro.

Riduci la cellulite con la carbossiterapia

La carbossiterapia è un trattamento medico passe-partout contro la cellulite di ogni stadio e natura, compresa quella adiposa. In più, tonifica i tessuti. «Iniettata localmente, infatti, l'anidride carbonica stimola il microcircolo e, "rompendo" gli adipociti, drena, aumenta l'ossigenazione e il nutrimento dei tessuti. Inoltre, i fibroblasti producono collagene ed elastina. Serve almeno una decina di sedute, ma in questo modo rimodelli i cuscinetti di cellulite e ricompatti la pelle con un evidente effetto tensore» spiega Venturoli. Costo a seduta: dai 90 ai 100 euro.



riduci

Massaggiato dal basso all'alto su tutte le zone critiche del corpo, Snellente 7 notti Crema Effetto Caldo di **Somatoline** (da 39 euro), con alga bruna e sale marino, riduce e drena.

elimina

1. Dopo la depilazione, Siero Ritardante Ricrescita di **Waysilk** (8,89 euro, da Douglas) idrata e mantiene la pelle floscia a lungo. 2. Slow it Down di **Fier** (16,90 euro, su fierworld.com) calma la pelle dopo lo strappo e ritarda la ricrescita del pelo.