

Bella

L. 2.000



SALUTE
50 domande
al ginecologo
e in più...

L'esperto al
telefono per voi

MODA

Chic in rosso
Sport da città

CASA
SHOPPING
Halloween:
la zucca
superstar

PAGINE
CURIOSE

Imparare
le lingue:
perché per
alcuni
è più facile

SPECIALE

Curiosità
e segreti
sui CIBI
conservati

Come vengono prodotti
dado, pasta in busta, purè
in fiocchi, gelatine & C.



Settimanale • n. 43 • anno 54 • 03 novembre 1998

Abbonamento: Italia L. 10.000 • Francia F. 14 • Germania DM. 5,00 • G.B. £1,50 • Grecia (incl. tasse) Drs. 400 • Spagna Ptas. 300 • Svizzera Frs. 3,00 • C.T. Frs. 2,70 • S.A. N.Y.C.S. 3,20 • Ome S.3.40 • Sped. abb. post. art. 2 comma 20/B, legge 662/96 45% MI

BELLEZZA

di Paola Gariboldi - foto Alfonso Campiglio - still-life Grevimar



Immergersi per un quarto d'ora nell'acqua calda favorisce la distensione muscolare e nervosa, permette una pulizia profonda della pelle, rilassa, ritempra il fisico e l'umore. Ecco perché dovremmo recuperare l'ormai persa abitudine di concederci un bagno la sera prima di andare a dormire e ogni volta che abbiamo bisogno di cancellare le tensioni. Ma per ottenere i massimi benefici non è

sufficiente... entrare nella vasca. In queste pagine vi suggeriamo qual è la temperatura ideale dell'acqua, quali sono le proprietà del bagno dal punto di vista del benessere e della bellezza, quali le controindicazioni. Vi proponiamo anche una piccola guida per scegliere a colpo sicuro il prodotto più adatto al vostro tipo di epidermide tra bagnoschiuma, saponi, sali, tavolette effervescenti, docciaschiuma...

Tutta la magia dell'

Benefici in vasca

Rilassa e favorisce il sonno, ma può essere un ottimo tonificante se dopo l'immersione...

Se la doccia è perfetta per lavarsi velocemente e dare al corpo una sferzata di energia, un bagno caldo di 15-20 minuti è un vero e proprio alleato del benessere, della salute e della bellezza. "La temperatura ideale", spiega Mariuccia Bucci, dermatologa presso l'Ospedale di Inzago (Mi), "è tra i 37-40 °C (usate un termometro per misurare l'acqua del bagnetto dei neonati). Dopo l'immersione, l'effetto più immediato è il rilassamento, dovuto alla stimolazione del sistema nervoso

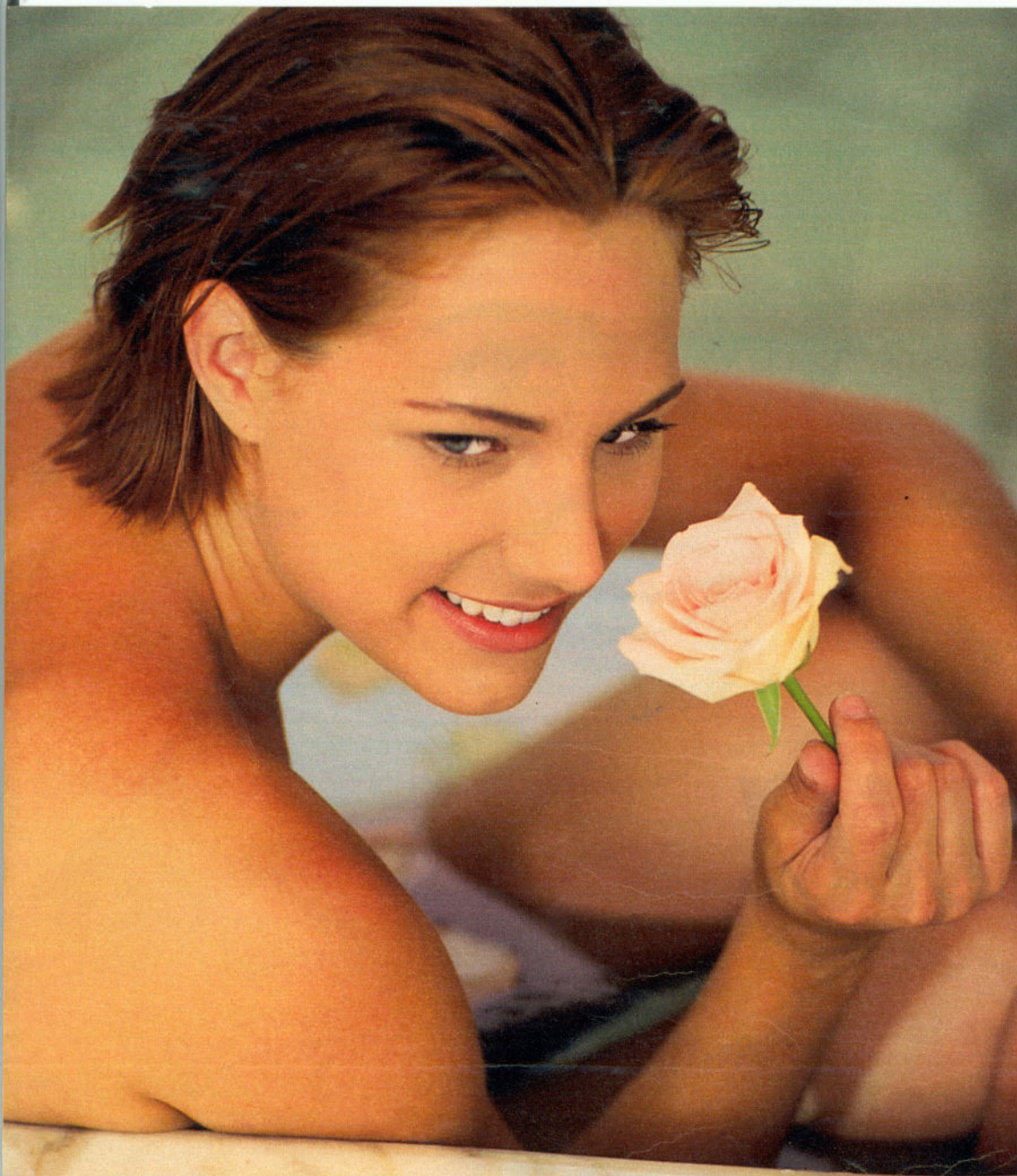
centrale attraverso le terminazioni periferiche. Ottimo, quindi, un bagno prima di andare a dormire, se avete problemi di sonno. Se volete recuperare energia, invece, concludete l'immersione con un getto d'acqua fredda sui piedi e le gambe per riattivare la circolazione e contrastare la vasodilatazione provocata dal calore. Il gesto ha anche un effetto tonico sulla cute, che viene ben irrorata, e sul sistema vascolare periferico in generale. L'aggiunta all'acqua di oli (in vendita in

farmacia o in erboristeria) è consigliata a chi ha la pelle molto secca, vuoi per le proprietà drenanti delle "immersioni casalinghe", vuoi perché gli oli favoriscono l'idratazione ripristinando il film idrolipidico, naturale barriera protettiva della cute. Sciogliendo nella vasca due pugni di bicarbonato, infine, il bagno può essere utilizzato anche per lenire pruriti e altri fastidi dermatologici. Unica controindicazione: è sconsigliato agli ipotesi perché il calore abbassa la pressione".

**Basta un quarto
d'ora per
approfittare
delle proprietà
di un bagno
caldo. I consigli
per sfruttarne
le proprietà
e le indicazioni
per conoscere
i prodotti specifici
sul mercato**

acqua





Piccola guida

La cosmetologa ci spiega le differenze tra i vari prodotti

Qual è l'effetto di un bagno in cui si sono utilizzate tavolette effervescenti, sali da bagno, bagnoschiuma...? Rispondiamo alla domanda con la consulenza della dottoressa Antonella Antonini, cosmetologa, che ci spiega le diversità di formulazione e le indicazioni d'uso.

Bagnoschiuma

È studiato per sciogliersi e svolgere un'azione detergente, diluito in una grande quantità d'acqua, sprigionando lentamente la sua fragranza. Attenzione ai prodotti molto schiumogeni: anche se garantiscono un bagno piacevole, possono risultare più aggressivi sulla pelle. È consigliabile, quindi, non utilizzare questi tipi di bagnoschiuma tutti i giorni e, soprattutto, applicare, dopo l'immersione, una buona crema idratante per aiutare la pelle a recuperare le sue difese naturali.

Docciaschiuma

Molti lo confondono con il bagnoschiuma, in realtà è un pro-

Delicatamente profumati, sono perfetti per il bagno di tutti i giorni e assicurano una buona deterzione

Semplici...



Docciaschiuma Vitalizzante di Neutro Roberts (4.290 lire circa) con vitamina E.



Miele e latte di mandorle nel Bagnoschiuma Neutro Mantovani (5.500 lire circa).



Bagnoschiuma Cremoso di Nivea (7.050 lire circa) con glicerina e sostanze idratanti.



Fluido Eudermico della Linea Igienica di Dermatrophine (24.500 lire).



Douce Schiuma Nutriente Palmolive (3.680 lire circa) con olio essenziale.



Douce-Physio di Vichy (in farmacia) (12.500 lire) ipoallergico e con sostanze idratanti.

all'acquisto

dotto molto diverso con una sua specificità. E la differenza salta subito agli occhi: esposto all'acqua il fluido per la doccia non genera mai schiuma in grandi quantità. Il fatto è che cambia la sostanza attiva dei due prodotti. Così come è diversa anche la loro consistenza. I docciaschiuma, infatti, contengono una minore quantità d'acqua e sono formulati per svolgere la loro azione detergente mediante un'energica frizione con la spugna o con le mani. Il contatto diretto con la pelle è, però, reso meno aggressivo, grazie alla presenza di sostanze lenitive.

Sali da bagno

Sono miscele di sali in cui in genere è inserito anche il cloruro di sodio, ovvero il comune sale da cucina, che ha una discreta azione drenante e defaticante sugli arti inferiori. In più esercitano un leggero effetto peeling e danno sollievo anche contro i dolori reumatici. Tuttavia, poiché il loro potere detergente è minimo, è necessario ricorrere anche al sapone.

Oli da bagno

Sono miscele di oli particolari che si combinano alle particelle di sporco e lo eliminano

«inglobandolo». Il vantaggio di questi prodotti sta nella loro funzione idratante: non solo non aggrediscono la pelle, ma la ammorbidiscono, rispettando il film idrolipidico. Vanno però risciacquati con cura.

Tavolette effervescenti

Sono miscele di sali compresse. Anche la loro composizione è caratterizzata da una minore quantità di sostanze detergenti rispetto ai bagnoschiuma. Le tavolette, rispetto ai sali, hanno però un'azione tonificante o rilassante. In genere, infatti, nella loro formula-

zione contengono oli essenziali, accuratamente selezionati secondo i principi dell'aromaterapia. L'effervescenza è garantita da sali particolari che, a contatto dell'acqua, sprigionano bollicine.

Perle

Profumano piacevolmente l'acqua, ma non hanno un forte potere detergente e, in genere, non contengono principi idratanti e nutritivi.



Dal basso, in senso orario: Neutro Mantovani, Dermatologico per il Viso Neutrogena, Luxury Soap Theorema di Fendi e Sapone di Benessere di Collistar

Anche il sapone è amico della pelle

I più antico, e certamente il più utilizzato, prodotto di deterzione non è necessariamente "amico" della pelle. Spesso il sapone aggredisce il film idrolipidico, provocando una perdita d'idratazione. Ma non tutte le saponette sono uguali: alcune

contengono sostanze lenitive, ammorbidenti e idratanti.

I "saponi-non-saponi" (o syndet),

in particolare, hanno una formulazione a prova di secchezza.

Una curiosità: sapete perché sono nati i bagnoschiuma?

Perché i saponi, a contatto con l'acqua dura (ricca cioè, di sali, calcio soprattutto) tipica di alcune località, non producono schiuma e non detergono, come fanno invece i tensioattivi, ingredienti base dei bagnoschiuma.

...o raffinati

Ricchi di fragranze fiorite, fruttate, speziate, sono ideali per piacevoli immersioni... inebrianti



Perfumed Bath Foam Lady A di Annabella (18 mila lire) con note olfattive agrumate.



Fiori e spezie per le note del Gel Bain Parfumé di Les Copains (33 mila lire).



Energizzante e stimolante il Bagnodoccia Eau Active di Pupa (23 mila lire).



Bagno delle Terre Rosse Viaggio in Italia di Borsari (da 12.500 lire) con note di lavanda.



La Maxi Taglia (400 ml) del Bagno di Benessere di Collistar (32 mila lire).



Note fiorite per il Bath Shower Fleur d'Eau di Rochas (38 mila lire).



C. Van Kasteel

Nella busta monodose

Da oggi il Fango Termale Anticelulite di Collistar alle alghe termali e agli oli essenziali è in vendita anche nella pratica busta monodose. Perfetta per chi vuole testarne l'efficacia (magari in una giornata tutta dedicata alla cura di viso e corpo), la busta monodose si infila facilmente nel beauty per non interrompere il ciclo di cura a causa di un week-end lontano da casa.

Banco di prova Mai più viso gonfio la mattina

Come si chiamano Liftactiv Notte di Vichy.

Di che cosa si tratta È una crema da notte ad azione rassodante e drenante.

Che cosa contiene I più importanti principi attivi di Liftactiv Notte sono i fitopeptidi e l'aminochina che riorganizzano i tessuti di sostegno della pelle e quindi la rassodano grazie alla produzione di nuovo collagene. Ma l'originalità di questa crema è soprattutto nell'azione drenante che

svolge grazie all'estratto di ginkgo biloba e alla polivitamina E. Il primo ha proprietà tonificanti sulle pareti dei capillari sanguigni, quindi migliora la microcircolazione di superficie (sia sanguigna sia linfatica), favorendo il drenaggio dei liquidi e l'eliminazione delle scorie nocive. La polivita-

mina E, intanto, ha il compito di catturare i radicali liberi, gli agenti d'invecchiamento della cute.

Come si utilizza Liftactiv Notte si applica sulla pelle del viso dopo la normale detersione.

A chi è indicata Questa crema è particolarmente

consigliata alle pelli mature, non solo per la sua azione rassodante, ma perché queste pelli spesso evidenziano una ridotta capacità circolatoria. Sintomo

più evidente di questa difficoltà è il viso gonfio la mattina: durante la notte, anche a causa della postura orizzontale, i liquidi tendono a ristagnare e quindi a creare zone più gonfie (specie intorno agli occhi).

I prezzi Liftactiv Notte è in vendita nelle farmacie a 44 mila lire (ml 50).



Note di fiori e frutta

Raffinata e sensuale la nuova fragranza Rancé Donna (da 64 mila lire, 50 ml) grazie alle fresche note di mandarino e pesca unite a quelle fiorite di mugugno e gelsomino.

Per la chioma 2 in 1

Capelli luminosi grazie all'olio di jojoba, e alle sue proprietà nutritive e "lucidanti", contenuto nello Shampoo & Balsamo Antica Erboristeria (in vendita nei supermercati a 3.700 lire circa).



Carnagione perfetta alla luce del giorno

Fondotinta prima e cipria poi. Questo prevede la routine di un trucco perfetto. Per velocizzare i tempi Biotherm ha miscelato i due prodotti in Duoperfection (55 mila lire). Nella comoda confezione con specchio e spugna Duoperfection, particolarmente indicato per le pelli miste e grasse, è in vendita in sei differenti tonalità di colore, contiene filtri protettivi contro i raggi UV e si può applicare con la spugnetta sia asciutta sia umida.

