

E
elle.it

TRAVEL
SIZE

LIFESTYLE
UNA
STAGIONE
DI
PICCOLA
CREATIVITÀ

L

NOVEMBRE 2013
€ 3,00

ITALIA



GABRIELLA WILDE

**Nuovi
accessori**

*Galoche, sneakers,
booties e minibag
da comperare ora*

**SorElle &
Soldi**

*Chiedere meglio
per avere di più*

Esclusivo

*Io e Oriana Fallaci,
la biografia*

Coppia

*Matrimonio sotto
contratto: sì o no?*

**Forever
young**

*I segreti antiage
delle dottoresse*

**Quinto
potere**

*La tivù delle
ragazze*

**IN PRIMA
PERSONA**

**"IO CHE
HO SCELTO
LA PILLOLA RU486"**

coats !

**Tendenze
styling
e fitting
del
cappotto
perfetto**

(Non) ho L'ETÀ

Un'aria più giovane, curata, non rifatta. Una pelle compatta e levigata, non tirata. Qualche ruga di meno, ma senza perdere l'espressività. Se gli obiettivi sono questi, ecco tutte le soluzioni per ottenerli. Nuove tecniche (più democratiche) per ritocchi soft, massaggi lifting da provare, trattamenti rigeneranti e leviganti da scegliere. E i consigli ageless di sei esperte in materia

a cura di SABRINA BOTTONE - testi di GRAZIA PALLAGROSI, LUCIANA BUSSINI,
ELISABETTA SETTEMBRINI - styling VIRGINIE DOLATA - foto MORTEN QVALE

Diritto di bellezza. Potremmo chiamarlo così quel sentimento di "libero accesso" alle tecniche antiaging, sempre più diffuso tra le donne che si rivolgono al medico estetico esercitando non più un privilegio ma un desiderio di cura oltre i limiti di ceto, possibilità economiche ed età. Perché, sancito dall'OMS nella dichiarazione secondo cui "non c'è salute senza benessere", il bisogno di piacersi diventa un tassello prezioso nell'economia dall'equilibrio personale. Lo dimostrano

anche certi cambiamenti nel panorama della sanità: uno studio condotto all'università di Liverpool, per esempio, rivela che il sistema sanitario inglese sta accusando il colpo sferzato da un'impennata di esborsi destinati a pagare interventi estetici ritenuti "indispensabili" alla salute psicologica dei pazienti. Più belle per beneficio, meno per vanità.

Così si motiva la svolta democratica della chirurgia internazionale, con gli ospedali delle maggiori universi-

tà statunitensi (UCLA e USC) che offrono rinoplastiche a meno di 1.000 dollari se si accetta di farsi operare da un tirocinante interno sotto supervisione di un chirurgo plastico d'esperienza. E in Italia? I prezzi si abbassano anche per l'evoluzione delle metodiche: se, fino a 2 anni fa, per un minilifting si sborsavano dai 4 ai 6.000 euro, oggi associando filler, botox e fili riassorbibili si può ringiovanire il viso di 10 anni spendendo meno della metà. Finanziamenti e dilazioni rendono il ritocco sempre più accessibile in un panorama in cui l'evoluzione medestetica abbatta i costi - un tempo obbligati - della chirurgia (sale operatorie, anestesisti, etc.) ammorbidendo, assieme alle tecniche sempre meno invasive e dolorose, anche il rapporto tra medico e paziente.

«Dietro ogni desiderio di ringiovanimento c'è una storia da capire prima che una ruga da eliminare», spiega la dottoressa Mariateresa Grecchi, prima in Italia a fornire una rosa di trattamenti gratuiti a chi non può permetterseli ma ne ha bisogno. «Invecchiare provoca disagio in una società improntata all'usa e getta e, per noi donne, c'è sempre uno shock in agguato dietro i grandi cambiamenti d'identità non solo corporea determinati, ad esempio, dalla menopausa. In questa prospettiva, il costo non è più solo una questione monetaria, ma anche psicologico-comportamentale. Sono troppe, infatti, le persone che, dopo un intervento estetico, decidono di farne un altro e poi un altro ancora, cadendo in una sorta di dipendenza che dà risultati devastanti sia sul piano estetico che su quello dell'autostima. È importante combattere questo fenomeno. Dobbiamo prendere il paziente per mano e riconsegnarlo a se stesso. Ridandogli la gioia di guardarsi serenamente allo specchio».

Così, mentre a Verona il centro *Viso e Sorriso* (www.visoesorriso.it) fissa appuntamenti settimanali gratuiti per chi si trova in difficoltà economiche ma ha bisogno di eliminare inestetismi che creano disagio, a Roma la Scuola della Fondazione Fatebenefratelli (<http://bit.ly/152euVK>) ha un ambulatorio di consulenza sulle complicità della medicina estetica dove si pagano solo 30 euro a visita e si possono effettuare anche trattamenti privati a tariffe ospedaliere: 48 euro per un peeling chimico, 90 per una biostimolazione. La SIES (Società Italiana di Medicina e Chirurgia Plastica, www.sies.net) offre la possibilità di prenotare una consulenza gratuita chiamando il centralino nazionale al numero 055 362397. E, in molti studi medici, si risparmiano anche i 100-120 euro dell'incontro iniziale: nella community di *WiBeauty* (www.wibeauty.it/medici.html), per esempio, ci sono oltre 20 specialisti - distribuiti in tutt'Italia - che offrono la prima visita gratis.

Per il viso

Un'ondata di filler abbatte i difetti dell'ultima generazione d'iniettabili. I plus? Meno gonfiore, più sicurezza, maggiore durata. E un risultato naturale

LA NOVITA' "VERDE"

È a base di carbossimetilcellulosa (CMC), sostanza naturale già utilizzata sia in medicina che nei cibi come addensante (per esempio nei gelati). Completamente riassorbibile e bio-compatibile, *Erelle* non è di origine animale, non è sintetico e non è batterico, quindi fa felice chi punta a una bellezza più verde e consapevole. Dura a lungo (fino a 12 mesi), non gonfia e ha effetto anti-aging naturale perché inibisce l'azione dell'enzima ialuronidasi, proteggendo così l'acido ialuronico presente nella pelle. Si può usare per cancellare le rughe, rimpolpare i volumi, ridefinire i contorni, idratare e tonificare il viso. Costo medio: 250 euro. Info: www.sweden-martina.com

VIA LE OCCHIAIE

Si chiama *Redensity II* ed è un filler specifico per il contorno occhi. Contiene acido ialuronico e un complesso ristrutturante composto da 8 aminoacidi, 3 antiossidanti, 2 minerali e vitamina B6. Studiati per essere iniettati nella zona più delicata del viso, diminuisce il rischio di edemi e di gonfiore e ha la viscoelasticità ideale per diffondersi senza comprimere i sottili tessuti periorculari. Migliora le occhiaie, il solco lacrimale infossato dall'età, le piccole borse sotto gli occhi. Info: www.dottorbellezza.it. Costo: 400 euro.

RITOCCHIO SICURO

La svizzera *Anteis* (4 milioni di fiale di filler utilizzate dal 2005 senza alcun caso avverso) ha lanciato un gel di acido ialuronico che, grazie alla sua tecnologia molecolare (crosslinkaggio dinamico DCLT), si integra perfettamente nei tessuti, evitando la formazione di rigonfiamenti e garantendo un risultato naturale. Tre le diverse versioni prodotte, quella più fluida è ideale per correggere le rughe superficiali, mentre le più dense permettono di rimpolpare i volumi senza creare l'effetto "palloncino". Prezzo: da 120 a 330 euro. Info: www.medicinaestetica.padova.net

In buone mani

Il massaggio risollewa i contorni, ossigena i tessuti, tonifica la pelle, stimolando la produzione di collagene ed elastina. Qui sette rituel da provare in spa o in istituto. E i passaggi per farlo a casa

ANTI-MACCHIA

Più che un massaggio è un "resurfacing cutaneo" che attenua le iperpigmentazioni e rigenera la pelle veicolando in profondità i principi attivi dei cosmetici *Image Skincare*. Il protocollo *Ageless* si comincia a casa, una settimana prima del trattamento in cabina, utilizzando mattina e sera i prodotti della linea. La facialist ripete i passaggi - deterzione, maschera, siero, contorno occhi, crema viso - con un massaggio professionale e avvolgente a viso, collo, décolleté e mani (durante la posa della maschera). Durata e costi: 60 minuti, 120 euro. Info: www.milanoestetica.it - www.nailevo.com

VISO & CORPO

Il rituel de luxe *Caviar Lift La Prairie* inizia con la deterzione di viso e corpo eseguita con panni caldi imbevuti di una lozione ammorbidente e prosegue con un massaggio alla schiena con olio tiepido miscelato alla nuova *Skin Caviar Luxe Body Soufflé Body Cream*. Segue l'azione sul viso: deterzione, esfoliazione, siero e crema rassodanti e contorno occhi, tutti della linea *Caviar Collection* all'estratto di caviale, e massaggio che alterna manualità classiche a digitopressioni shiatsu, sfioramenti e linfodrenaggio. Ma non finisce qui. La facialist stende *Skin Caviar Luxe Sleep Mask* e, durante la posa di 10 minuti, massaggia braccia e mani. Ancora il contorno occhi, una crema viso e, a piacere, il fondotinta. Tocco finale, la vaporizzazione su viso e corpo di una lozione aromaterapica e digitopressione shiatsu al cranio. Durata e costi: 90 minuti, 170 euro (nelle spa *La Prairie*). Info: *The Art of Beauty* - www.laprairie.com

EFFETTO PUSH UP

Il fiore all'occhiello del trattamento *EstheLift* di *Institut Esthederm* è il massaggio muscolo-angio-connettivo: manovre di stiramento, tonificazione e palper-rouler che riposizionano i tessuti "in alto" e rendono subito il viso più giovane. Per un risultato ottimale, se lo si desidera, si può provare anche il touch endo-bucale: un massaggio particolare eseguito all'interno della bocca: un dito massaggia il lato interno della guancia, un altro il lato esterno. Lo scopo? Riportare verso l'alto le cellule adipose



che, con il tempo, tendono a scivolare verso il basso. Il rituale completo prevede una manualità dermo rilassante alla quale seguono deterzione con esfoliazione, applicazione di un siero e di una maschera calco che veicola i principi attivi rigeneranti e anti-age in profondità. Durata e costi: 90 minuti, 100 euro circa. Info: www.wwwww.esthederm.it

LIFTANTE

Il trattamento *Re-Plasty Age-Recovery* di *Helena Rubinstein* ha un preludio rilassante: su viso e collo ancora truccati la facialist esegue pressioni e sfioramenti che coinvolgono anche spalle e décolleté. Dopo la deterzione di rito, è il momento della maschera in crema, stesa sul viso e coperta con garze per consentire la digitopressione sui punti shiatsu. L'obiettivo? Sbloccare i canali energetici, rilassare le tensioni e preparare il viso al massaggio con la crema da giorno: un mix di sfioramenti, pressioni e impastamenti. Il tocco finale: un baume sulle labbra. Tempi e costi: 40 minuti, su prenotazione, nelle profumerie *Helena Rubinstein* durante le "Settimane Speciali". Info: www.helenarubinstein.com



DEDICATO (ANCHE) AGLI OCCHI

Per rendere ancora più efficace il rituel *RX Massage*, *Shiseido* ha aggiunto al protocollo un momento d'attenzione speciale al contorno occhi. Al termine del trattamento viso/collo/décolleté, eseguito dalla *Academy Beauty Therapist* con manualità e tecniche tipiche della riflessologia e dello *shiatsu* e con un massaggio muscolare, venoso e linfatico, la *facialist* stende *Bio-Performance Super Corrective Eye Cream*. Il rituale di applicazione si ispira alla digitopressione dei 5 punti *Tsuo* del contorno occhi (361 in tutto il corpo, distribuiti sui meridiani energetici) per rilassare i muscoli, stimolare il microcircolo e amplificare l'azione anti aging del prodotto. Durata e costi: 60 minuti, su prenotazione, nelle profumerie *Shiseido* dal 22 ottobre al 9 novembre. Info: www.shiseido.it

RIDENSIFICANTE

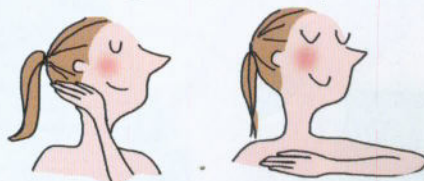
Il trattamento *Longevity* di *Comfort Zone* rompe gli schemi perché introduce l'Approccio Collaborativo, ovvero la fase d'accoglienza durante la quale l'ospite, guidata dalla *beauty therapist*, effettua alcuni semplici movimenti di braccia e spalle con la tecnica *Kabat* (*Proprioceptive Neuromuscular Facilitation*), un metodo di riabilitazione neuromuscolare che rinforza i tessuti cutanei e l'elasticità muscolare. Dopo l'accoglienza si procede con la detersione e con tecniche di massaggio "roullage" che partono dal collo e risalgono verso la fronte. Il tutto correlato dall'applicazione dei prodotti *Skin Regiment* che contengono principi attivi derivati dai *superfoods* (alimenti benefici per la salute). Durata e costi: 30 minuti, 50 euro (in promozione a 25 euro dall'11 al 16 novembre). Info: www.comfortzone.it

RIVITALIZZANTE

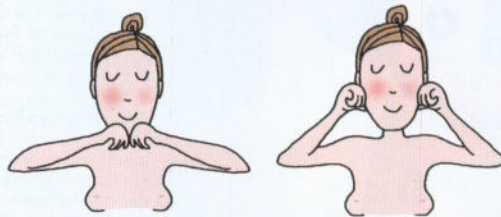
Qualcosa di speciale e di efficace per chi ha la pelle stanca e stressata: si chiama *Excellence Viso* ed è il rituel antietà eseguito negli *Adler Spa Resort* di Bagno Vignoni e di Ortisei. Deve la sua efficacia alla fitomelatonina estratta da salvia, avena ed achillea, in grado di potenziare l'idratazione, proteggere dalle radiazioni solari, regalare un'azione rivitalizzante e antiossidante. A differenza di altri, questo rituel ha una fase di massaggio più lunga e piacevole eseguita con il lipogel alla melatonina: la *facialist* alterna manualità drenanti e rilassanti attorno agli occhi, alle sopracciglia e alla mandibola che sciolgono le tensioni, rilassano i tratti, attenuano i segni d'espressione. La maschera finale e la crema ridanno nuova luce, energia e freschezza al viso. Durata e costi: circa 50 minuti, 127 euro. Info: www.adler-resorts.com

TECNICHE FAI DA TE

Lezione di automassaggio: 6 gesti antiage, ideati dalla facialist Nicole Desnoè, da fare in sequenza, ogni mattina. Tempo: 2 minuti



ESERCIZIO 1 Posare la mano sotto l'orecchio, con le punte delle dita all'altezza della nuca. Con lievi pressioni, scendere fino a metà décolleté, con il pollice piegato verso il palmo, per non toccare la tiroide. 5 volte per parte.



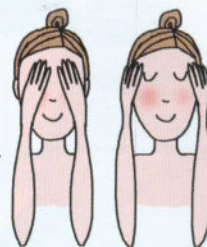
ESERCIZIO 2 Posizionare i pollici sotto il mento, stringendoli tra medio e indice, a pinza. Farli scorrere sulla pelle con decisione, risalendo fino alle orecchie. 5 volte.

ESERCIZIO 3 Appoggiare i pollici sotto il mento e posare le mani, piatte, sulla bocca. Farle scivolare fino alle orecchie esercitando una pressione, per massaggiare bene i muscoli della mandibola. 5 volte.



ESERCIZIO 4 Posare le punte delle dita sulle occhiaie, farle scorrere tutto intorno all'occhio con un movimento circolare, 3 volte in senso orario e 3 in senso antiorario.

ESERCIZIO 5 Appoggiare i polpastrelli al centro della fronte, sopra le sopracciglia. Farli scivolare, premendo, fino alle tempie e tornare al centro. 5 volte.



ESERCIZIO 6 Appoggiare due o tre dita sul dorso del naso e massaggiare la zona tra le sopracciglia, con movimenti verso l'alto e verso il basso. 5 volte.



BEAUTY TOOLS

Sei nuovi attrezzi in missione antiage: detergono, emanano luce, massaggiano

1. E il segreto dei divi di Hollywood e ha messo d'accordo donne e uomini, almeno per quanto riguarda la detersione del viso: è **Clarisonic Mia 2 Pink** (149 euro, www.clarisonic.it). Oscilla compiendo più di 300 movimenti al secondo e in un minuto (scandito da un suono che avverte quando bisogna trattare un'altra zona) elimina in profondità trucco e impurità, riducendo l'aspetto dei pori.

2. Good vibrations: sono quelle antiage che rilassa **Slenderton Face** (299 euro, su <http://www.slendertone.com/it-it>). Sfrutta la stimolazione elettronica creando una contrazione muscolare dolce a effetto push-up: i soffici cuscinetti si posizionano nel punto esatto che regola i muscoli facciali. L'effetto finale? Alza i volumi dell'ovale e aumenta la circolazione, ravvivando il teint.

3. L'antiaging a luci rosse si chiama **Tanda Luxe di Homedics** (199,90 euro). Si affida alla fotostimolazione per rassodare, tonificare e attenuare rughe e segni del viso. La luce rossa agisce sulle cellule stimolando la produzione di collagene ed elastina, mentre riattiva il microcircolo. Durante il trattamento si prova una piacevole sensazione di calore. Risultati? Sono visibili dopo un mese.

4. Come un trattamento dal dermatologo **Skin Rejuvenating Laser di TriA** (585 dollari, 430 euro circa, su www.triabeauty.ca) sfrutta la tecnologia del laser non ablativo che agisce attivando la produzione di collagene in profondità, senza creare danni superficiali al volto. A casa, in otto settimane, promette di attenuare linee sottili e rughe, aumentare la luminosità e la qualità della pelle.

5. Appena sveglie, per affrontare la giornata, o alla sera per cancellare la stanchezza, ci si può regalare un mini lifting. E la promessa di **Wellbox di LPG** (999 euro, su www.it.wellbox.com) che utilizza la tecnica *Endermologie*: un massaggio profondo del tessuto cutaneo. Le micropulsazioni hanno un effetto immediato: distendono le rughe e ridefiniscono i contorni dell'ovale.

6. Arriverà in Italia a novembre **FCE 90 Pureo Ionic Skincare Elle di Beurer** (149,90 euro), una beauty machine con quattro funzioni. Combatte le rughe con un sistema a ioni che permette alle creme di agire in profondità, riattivando la microcircolazione grazie alla funzione "calore", dona tonicità sfruttando invece l'effetto freddo, o ancora deterge il viso in profondità, come dall'estetista.

QUASI UN LIFTING

Il caldo mi piace sempre più, mi fa star meglio: scioglie i miei muscoli contratti e allenta le mie tensioni. Consapevole di questa sana attrazione per tutto ciò che emana calore, scopro che può far bene anche alla mia pelle, curata sì, ma con i segni di una over 50: rughe, ovale che cede... So che la radiofrequenza frazionata rilascia impulsi termici che arrivano nei tessuti in profondità, stimolando il collagene a produrre nuove fibre. Non è invasiva, non si inietta nulla nella pelle, se non, appunto, il calore. E si può fare anche se si è abbronzate. Decido di provarla. Ho ancora qualche dubbio. «Fa male?», chiedo. «È leggermente fastidiosa», risponde la dottoressa Mariuccia Bucci, «specie sopra le labbra, dove però basta applicare una crema anestetica». «Quanto dura?». «Quindici minuti». «Posso uscire a cena? Che faccia avrà domani?» Mi rassicura: dopo il trattamento avvertirò una sensazione di calore e rossore che si attenuerà più velocemente con una seduta di lampada per poi scomparire entro 24 ore.

Mi stendo sul lettino. Il manipolo collegato a un'apparecchiatura ha al centro minuscoli aghi di 3 millimetri (un dispositivo monouso) che si appoggiano sulla pelle. Il movimento è veloce: i microaghi fuoriescono in modo alternato arrivando nei tessuti a una profondità da 0.5 a 3 millimetri. L'effetto termico stimola il collagene, ridà volume, attenua le rughe, diminuisce i pori e piccole cicatrici da acne. Sento più l'impulso che il bruciore, pensavo peggio... Sono un po' rossa sulle guance ma la pelle è già più compatta, come dopo un lungo massaggio. Sdraiata su un altro lettino, gli occhi coperti da occhialini, avverto un piacevole tepore che mi accarezza il viso, la testa, il collo... è quello della lampada. Quindici minuti (solo?), peccato, iniziavo a rilassarmi. Niente trucco sulla pelle, solo una crema lenitiva, almeno per un paio d'ore. Mi rivedo nello specchio: meno arrossata, più liftata. Costo: 500 euro circa a seduta, da ripetere entro 4/6 settimane. Info: www.mariabucci.it.

Sabrina Bottone