

# GRAZIA

QUESTA  
SETTIMANA


Maiwenn  
Le Besco  
Angelo Pisani  
Katia Follesa  
Marco Santin  
Giorgio  
Gherarducci  
Flavia Cercato  
Brian Selznick

## SPECIALE Spososa

È DI MODA IL MATRIMONIO  
IN CAMPAGNA

**Daniel Craig** «La cosa migliore di *Uomini che odiano le donne*? Sono dovuto ingrassare, a forza di pasta e vino» **Cristina Parodi in redazione con noi**  
«Vi racconto vent'anni di tg» **Piero Chiambretti**  
«Andrò sicuramente all'inferno (se esiste)» **Alessandro Preziosi** «Ho molto sofferto per amore. E per i paparazzi» **Amber Le Bon** Figlia di un'icona fashion e un'icona rock: «Rubo i vestiti a mamma, ma non ascolto i Duran Duran» **Emanuele Filiberto** Pizzaiolo, meccanico, muratore... il principe cerca lavoro





CAPILLARI  
DILATATI  
O ECCESSIVA  
SENSIBILITÀ.  
LA PAROLA  
CHIAVE  
È "LENIRE"



# Non arrossire...

Un elemento di fascino (a volte), ma anche un grande fastidio (spesso), interno ed esterno. Contro disagio e infiammazioni, la cosmesi collabora con la psicologia

DI STEFANIA BELLINAZZO E LUCIANA BUSSINI.  
STILL-LIFE LUCA DONATO STUDIO



1. DERGENTE, STRUCCA E ATTENUA LE SENSAZIONI DI DISAGIO CUTANEO GRAZIE ALL'ESTRATTO DI RUSCO E ALL'ACQUA TERMALE: EAU THERMALE AVÈNE ANTIROUGEURS DERMO-NETTOYANT LACTÉE (€ 17,30, IN FARMACIA). 2. SENZA PROFUMO NÉ CONSERVANTI, CLINIANS DETERGENTE CREMOSO AD AZIONE LENITIVA CON FITOLATTE DI ROSA E BISABOLOLO CALMANTE (€ 7,69 GDO). 3. E 4. PER PELLI REATTIVE: A-DERMA SENSIPHASE AR MASCHERA E GELÉE MICELLAIRE ANTIROUGEURS (ENTRAMBE € 19,06, IN FARMACIA). LA PRIMA DECONGESTIONA ALL'ISTANTE, LA SECONDA PULISCE SENZA RISCIAQUO. IN FORMULA, ACQUA DI HAMAMELIS ED ESTRATTO DI AVENA RHEALBA.

**A**rossisco sempre"... "Lo trovo affascinante"... Si conclude con questo scambio di battute tra la timida Angélique e l'impacciato Jean-René la commedia francese *Emotivi Anonimi*, che narra proprio delle angosce dei timidi. Tra rossori, impacci e goffaggini, i due si dibattono tra desiderio amoroso e insicurezze in una cornice fuori da ogni tempo. La loro pelle reagisce alle emozioni sudando e arrossendo e i due tentano con ogni mezzo - dai gruppi di auto-aiuto, allo psicologo, al conforto del cioccolato - di nascondere e contenere queste espressioni di timidezza che ogni timido cronico conosce fin troppo bene e, generalmente, detesta. Eppure le guance che s'imporporano hanno un loro fascino, rivelano un animo sensibile. Anche se possono essere la spia di patologie emotive o problemi di pelle che è meglio affrontare con l'aiuto di un dermatologo (se serve, anche di uno psicologo) con trattamenti medico/estetici, formule curative e make up coprenti mirati. Domanda-chiave: perché si diventa rossi? «Il rossore è il segno esteriore di una sensibilità eccessiva dei vasi sanguigni cutanei, che si manifesta di fronte a ogni minima contrarietà ed è dovuto a un'improvviso afflusso di sangue ai capillari del viso, i cosiddetti *flushes*», afferma la dottoressa Mariuccia Bucci, dermatologa e vice-presidente Isplad ([www.isplad.org](http://www.isplad.org)). «In condizioni normali, una volta conclusi l'evento imbarazzante o lo sbalzo termico che hanno prodotto il rossore (caldo/freddo, vampate di calore tipiche della menopausa...), tutto torna alla normalità. Ma può accadere che, in soggetti predisposti, le pareti dei capillari si sfianchino in questo continuo dilatarsi e restringersi e non siano più in grado di tornare alla condizione primaria, restando sempre dilatati. Compaiono così l'eritrosi, un rossore generalizzato costante, e la couperose, piccole venuzze più in evidenza», conclude Bucci.

**RIMEDI MIRATI** Flushes, eritrosi e couperose possono essere curati e attenuati con cosmetici specifici a base di fitoestratti lenitivi, anti-infiammatori e protettivi dei vasi sanguigni.

•Segue





## RINFORZI EXTRA

1. AUMENTA LA NATURALE PRODUZIONE DI ACIDO IALURONICO DELLA PELLE E RIDISEGNA L'OVALE CON ESTRATTI DI SOIA E CALCIO: **LICHTENA EQUILDRA®** CREMA RIDENSIFICANTE EFFETTO LIFTING (€ 35,30 IN FARMACIA).
2. ATTIVI SPECIFICI PER IL CONTORNO OCCHI SENSIBILE NELLA FORMULA DI **ANNAYAKE SENSITIVE SOIN APAISANT** COUTOUR DES YEUX (€ 65), TRATTAMENTO ADDOLCENTE, ANTI-RUGHE/BORSE/OCCHIAIE.
3. SENZA PARABENI, PROFUMO, GLUTINE, LANOLINA, LO STICK PROTETTIVO LABBRA SPF 15 DI **EUPHIDRA** PER LABBRA SENSIBILI E ARROSSATE (€ 6,90, IN FARMACIA).
4. IDRATA IN PROFONDITÀ GRAZIE A UN POOL DI MOLECOLE OSMOPROTETTIVE, BURRO DI KARITÉ E OLIO DI JOJOBA: **DEFENCE HYDRA** CREMA IDRATAZIONE OTTIMALE DI **BIONIKE** (€ 22,25, IN FARMACIA).



## EMOZIONI "A VISTA"

1. LIPIDI DI GIRASOLE, OLIO D'OLIVA E **AQUADERM™** IN **SKIN RESONANCE COMFORT ZONE** (€ 48, IN ISTITUTO), FLUIDO FRESCO E LENITIVO PER PELLI FRAGILI.
2. IN UN MESE RIASSORBE I ROSSORI (-21%), IN SETTE GIORNI NE PREVIENE LA RECIDIVA (-36%) GRAZIE A **NEUROSENSINE**, PEPTIDE REGOLATORE DELLA REATTIVITÀ CUTANEA, PIÙ **AMBOFENOLO**, ANTI-IFIAMMATOARIO E ANTI-OSSIDANTE: **LA ROCHE-POSAY ROSALIA AR INTENSE** CONCENTRATO INTENSIVO ROSSORI LOCALIZZATI (€ 21,70, IN FARMACIA).
3. STABILIZZA I CAPILLARI SU GUANCE, NASO E DÉCOLLETÉ GRAZIE A UN MIX DI ALGA ROSSA. **LA BIOSTHETIQUE ANTI-AGE SÉRUM ANTI-ROUGEURS** (€ 85,90, IN SALONE).
4. **HANORAH COUPEROSYS EXTRA-NIGHT FACE CREAM** (€ 39,60) CON PROPAGERMANIO, ESTRATTO D'IPPOCASTANO E POLIFENOLI D'UVA MIGLIORA LE CAPACITÀ DI AUTODIFESA DELLA PELLE.

## PELLE & MENTE

LA CONNESSIONE TRA CORPO E MENTE È FONDAMENTALE PER LA BELLEZZA DELLA PELLE: SU QUESTO, PSICOLOGI E DERMATOLOGI SONO D'ACCORDO. LA CUTE E IL SISTEMA NERVOSO, INFATTI, SI FORMANO DALLA STESSA CELLULA EMBRIONALE, E COSÌ SI SPIEGA, PER ESEMPIO, PERCHÉ ATTRAVERSO LA PELLE SI ESPRIMONO I NOSTRI STATI D'ANIMO: SI SUDA PER ANSIA, SI ARROSSISCE PER TIMIDEZZA (A DESTRA, UNA SCENA DAL FILM "EMOTIVI ANONIMI"). LA PSICOLOGA DANIELA BOVO, SOCIO DEL C.R.E.D.E.S (CENTRO RICERCHE EVOLUTIVE DELL'ESSERE) E PRESIDENTE DELL'ASSOCIAZIONE "I COLORI DEL VENTO" ([WWW.ICOLORIDELVENTO.ORG](http://WWW.ICOLORIDELVENTO.ORG)), CI SPIEGA COME CONVIVERE CON IL ROSSORE.

### PERCHÉ SI ARROSSISCE?

«IL ROSSORE È UN SEGNALE CHE INDICA UN MOVIMENTO INTERIORE DI QUALCOSA CHE NON È PALESE, CHE È RIMASTO NASCOSTO PERSINO AI NOSTRI OCCHI. QUANDO SENTIAMO CHE STA PER ARRIVARE, DOVREMMO FARE ATTO DI PAZIENZA E TOLLERANZA VERSO NOI STESSI. QUINDI NON OSTACOLARLO CON RABBIA O VERGOGNA, MA CERCARE DI CAPIRE CHE COSA CI STA DICENDO».

### IL ROSSORE È INDICE DI DEBOLEZZA DI CARATTERE?

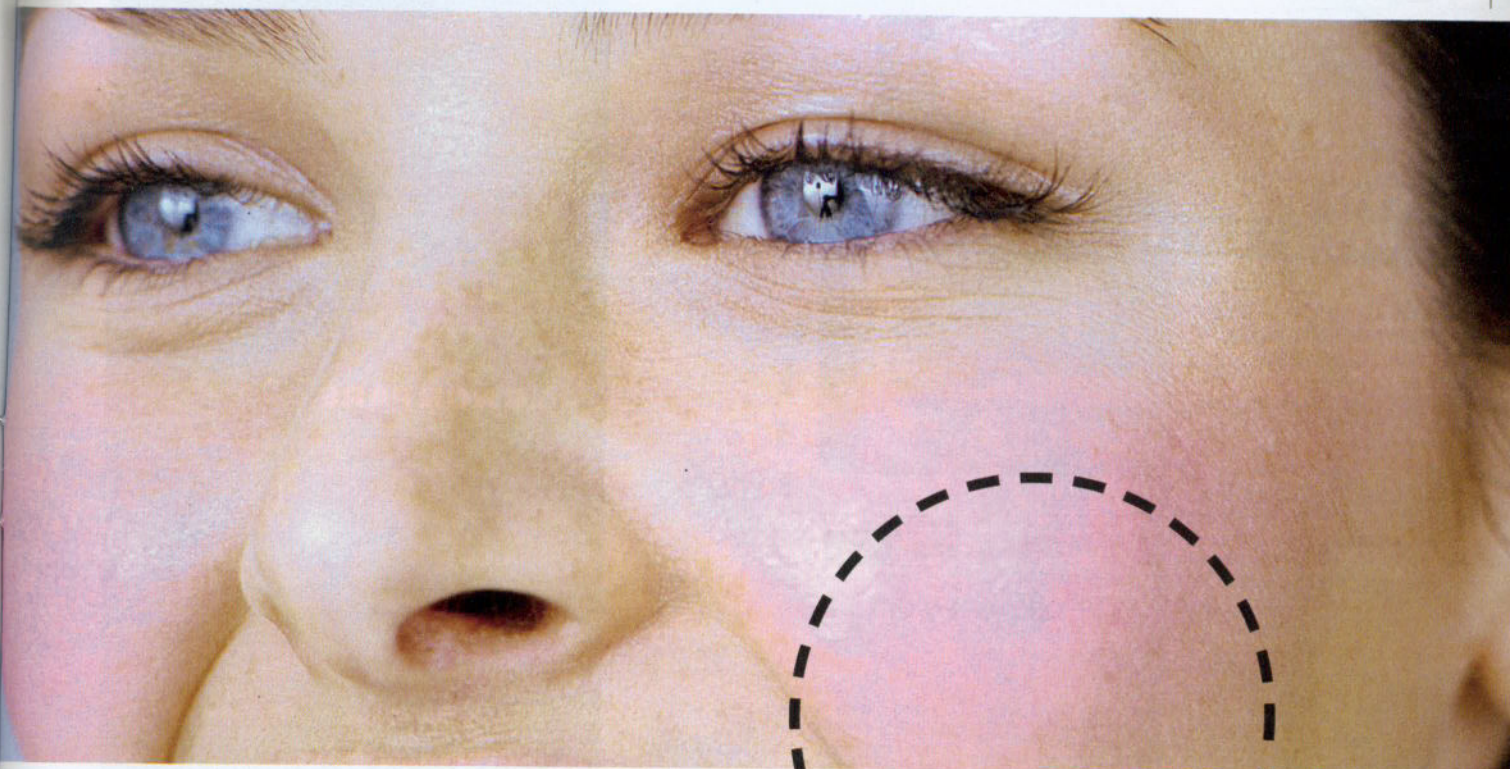
«NO, ASSOLUTAMENTE. ANZI, IN GENERE INDICA UNA SENSIBILITÀ PROFONDA E NON DOVREBBE ESSERE VISSUTO COME UN HANDICAP: NON ANDREBBE NEGATO, MA ANZI TRASFORMATO FINO A RENDERLO UN VALORE IN PIÙ».

### MA CHI NE SOFFRE PROVA IMBARAZZO, UN SENSO DI INADEGUATEZZA. CI SONO SOLUZIONI?

«SE NON SI RIESCE AD ACCETTARE QUESTO FENOMENO CHE PUÒ ESSERE CAUSATO DA STRESS, DA UNA PROFONDA SENSIBILITÀ O TIMIDEZZA (A TUTTE LE ETÀ E IN ENTRAMBI I SESSI), SI PUÒ PROVARE A GESTIRLO CON IRONIA, MAGARI RIDENDOCI SOPRA PER ALLEGGERIRE LA TENSIONE CHE DI SOLITO QUESTO EVENTO PROVOCA. SPESSO IL ROSSORE CHE CI DISTURBA TANTO, DAGLI ALTRI NON È NOTATO O COMUNQUE NON È CONSIDERATO RILEVANTE».







## LA ZONA DEL VISO DOVE SI CONCENTRANO DI PIÙ I ROSSORI? LE GUANCE

gni. «Bisogna sfruttare le attività capillaro-protettrici delle vitamine P (bioflavonoidi), C e degli antocianosidi, sostanze chimicamente simili ai flavonoidi ma di colore rosso/viola, abbondantemente presenti nel mirtillo. Gli antocianosidi, in particolare, aumentano la resistenza dei capillari e contemporaneamente ne diminuiscono la permeabilità», afferma il dottor Umberto Borellini, cosmetologo. «Altri componenti importanti sono i principi attivi ad azione lenitiva: tipo azulene e bisabololo ricavati dalla camomilla oppure gli estratti di calendola e liquirizia (acido glicirretico), oppure le saponine disinfiammanti presenti in ippocastano, edera, rusco, centella. Per un'azione protettiva, poi, non vanno dimenticati i filtri solari (in particolare gli UvB), mentre le maschere sono un valido aiuto s.o.s nei casi di rossore cutaneo più ostinato. Infine, non vanno dimenticati i tonici, che devono però essere assolutamente analcolici e avere una base di acqua distillata aromatica ricavata da piante quali la rosa, il tiglio, l'hamamelis, la camomilla e i fiori d'arancio», conclude Borellini. In alternativa al tonico, si può usare l'acqua termale, ricca di oligoelementi preziosi.

**TRUCCO CAMOUFLAGE** Maschere e creme curano nel tempo, ma quando il problema richiede una soluzione immediata, ci vuole il make up correttivo. «A livello preventivo, è possibile attenuare il rossore stendendo sul viso e soprattutto sulle guance, dove generalmente è più presente, un velo di correttore verde (il colore verde annulla il rosso)», spiega la dottoressa Lisa Bressan, responsabile dell'Atelier di maquillage correttivo di La Roche-Posay presso l'Istituto di scienze dermatologiche dell'Università degli Studi di Milano. «Il correttore deve essere applicato in uno strato leggero (non ne serve una grande quantità) e deve essere sfumato molto bene, con la punta delle dita o con un pennello piatto da fondotin-

ta. Dopo il correttore, si può applicare un fondotinta formulato con un'alta dose di pigmenti: fluido per una copertura media, compatto per una copertura totale e se il trucco deve durare a lungo. Regole d'applicazione: fluido o compatto, il fondotinta va steso partendo dalla fronte e scendendo verso le guance e il resto del viso (preferibilmente con una spugnetta), picchiettando e non strisciando, per evitare di eliminare o spostare il correttore verde steso in precedenza», sottolinea Bressan ([info: www.laroche-posay.it/maquillage-correttivo/laboratori-italiani.html](http://www.laroche-posay.it/maquillage-correttivo/laboratori-italiani.html)).

**DAL MEDICO E IN ISTITUTO** Dal medico estetico si può intervenire sulla couperose in modo radicale, rendendo inattivi i vasi sfiancati con l'ausilio della luce pulsata o del laser. «La luce pulsata è più indicata per trattare l'eritrosi e i piccoli capillari, mentre il laser ND-Yag è consigliato per il trattamento di vasi più grandi», afferma la dottoressa Mariuccia Bucci. Il principio, comune a entrambe le cure, consiste nel "seccare" ovvero chiudere i vasi sanguigni in modo che non vi possa più scorrere il sangue e quindi diventino invisibili. Questi trattamenti non sono definitivi, o perlomeno lo sono solo per i capillari trattati, e non impediscono la formazione di nuovi capillari. Studiati invece appositamente per lenire e calmare le pelli infiammate e arrossate, *Soin Chromatis* è

•Segue



**PRONTO INTERVENTO**

1. SI VAPORIZZA SU VISO E COLLO E SI LASCIA ASCIUGARE SENZA TAMPONARE: L'EAU THERMALE D'URIAGE, RICCA DI SALI MINERALI E OLIGOELEMENTI, IDRATA E CALMA ALL'ISTANTE (DA € 6,60, IN FARMACIA). 2. AL MATTINO, SOTTO LA CREMA IDRATANTE, PROTEGGE DAI RAGGI UV ANCHE LE PELLI PIÙ SENSIBILI: SKINCEUTICALS SHEER MINERAL UV DEFENCE SPF 50 (€ 35,96, IN FARMACIA), CON FILTRO 100% MINERALE. 3. COLD CREAM CONDITIONS EXTRÊMES DI PAYOT (€ 29) È UNA CREMA RICCA E DENSA CON ESTRATTI DI PIANTE RESISTENTI AI CLIMI RIGIDI (STELLA ALPINA E BACCA ARTICA) PER UN EFFETTO "BARRIERA"



**SEGRETI DI TRUCCO**

1. UNISCE MAKE UP E TRATTAMENTO, TOLERIANE TEINT COMPATTO CREMA SPF 35 LA ROCHE-POSAY (€ 19,50, IN FARMACIA), DALLA TEXTURE ULTRA-FINE E CREMOSA CHE COPRE, LENISCE E ASSICURA COMFORT ALLA PELLE A LUNGO. 2. RÉPONSE TEINT - MINERAL PRO POWDRE LIBRE ÉCLAT DI MATIS: POLVERE MINERALE CON PIETRA DI LUNA, OSSIDO DI ZINCO, TITANIO E MICA SUBLIMA E UNIFORMA L'INCARNATO, MINIMIZZANDO LE IMPERFEZIONI (€ 31, IN ISTITUTO). 3. IL COLORE VERDE NEUTRALIZZA IL ROSSO: RESISTE ALL'ACQUA E AL SUDORE, COUVRANCE STICK CORRECTEUR VERT (€ 14,70, IN FARMACIA), CHE MASCHERA ROSSORI, COUPEROSE, MACCHIE E CICATRICI.

**DA FARE...**


- MANGIARE MIRTILLI, LAMPONI, SUSINE E UVA ROSSA, RICCHI DI BIOFLAVONOIDI.
- INTEGRARE LA DIETA CON VITAMINE C (AGRUMI, KIWI, BROCCOLI, SPINACI, CAVOLFORE) ED E (NOCI, MANDORLE, AVOCADO, OLIO D'OLIVA) PER PROTEGGERE LA PELLE E IL SISTEMA VENOSO.
- PREFERIRE UNA DETERSIONE DELICATA, PER ESEMPIO CON L'ACQUA MICELLARE.
- FARE IMPACCHI DI TISANE A BASE DI MALVA O CAMOMILLA, A TEMPERATURA AMBIENTE.
- FARE USO DI TECNICHE DI RILASSAMENTO (TIPO YOGA O MEDITAZIONE TRASCENDENTALE) PERCHÉ LA COMPONENTE PSICOSOMATICA NEI ROSSORI È SEMPRE PRESENTE.

**...E NON FARE**

- EVITARE GLI SBALZITERMICI: DAL FREDDO AL CALDO E VICEVERSA. CERCARE DI STAZIONARE PER QUALCHE MINUTO IN UNA ZONA A MEDIA TEMPERATURA OPPURE RISCALDARE IL VISO CON LE MANI PRIMA DI ENTRARE IN UN LUOGO RISCALDATO.
- EVITARE ALCOLICI E NON MANGIARE CIBI PICCANTI PERCHÉ AUMENTANO LA VASODILATAZIONE.
- SCONSIGLIATI I DETERGENTI SCHIUMOGENI PERCHÉ SONO IRRITANTI, IN QUANTO INTACCANO IL MANTELLO IDROLIPIDICO PROTETTIVO.
- EVITARE SAUNE O BAGNI ECCESSIVAMENTE CALDI: DILATANO I VASI E IRRITANO LA PELLE.
- NON STARE MAI AL SOLE SENZA UN'ADEGUATA PROTEZIONE ANTI-UV.

l'ultima novità firmata Matis ([www.matis-paris.it](http://www.matis-paris.it)). Il trattamento da cabina si articola in sei fasi: il massaggio di accoglimento con Baume Fondant de Modelage, che dona alla pelle un'immediata sensazione di relax e distensione; la detersione specifica, prima di occhi e labbra e poi di tutto il viso, che si conclude con un gommage delicato; dopo la pulizia, si applica il Sérum Absolu Apaisant, un concentrato lenitivo, più la Masque Yeux et Lèvres per distendere le aree fragili. Quindi è il momento di Masque Chromatique, speciale maschera-crema con burro di mango selvatico ed estratto di vite di Kudzu, ideale per calmare calore, pizzicori, arrossamenti e irritazioni cutanee: una volta che la pelle ha assorbito la quantità ideale di prodotto di cui necessita, cambia colore dal rosa al verde, indicando in modo preciso il tempo di posa. Infine, la seduta in cabina si completa con l'applicazione di un siero e di una crema (nutriente o idratante) arricchiti con vite di Kudzu, che riequilibra la "pelle in crisi" e seguono i consigli personalizzati per mantenere il risultato appena ottenuto. Il trattamento dura un'ora e costa 60 euro circa. ■



A close-up photograph of a woman's face, smiling broadly, showing her teeth. Her eyes are blue, and her lips are painted a vibrant red. Her hands, also with red nail polish, are positioned near her face, with one hand near her eye and another near her mouth. A dashed black circle is drawn around the right side of her face, specifically highlighting her cheek. The background is a soft, out-of-focus light blue.

ATTENZIONE  
A SBALZI  
CLIMATICI,  
ALCOLICI E  
CIBI PICCANTI:  
AUMENTANO  
IL DISAGIO