

# VANITY FAIR

€2,40

## Amal Clooney

# First Lady

Nove mesi fa vi abbiamo raccontato la sua marcia al fianco di George verso la Casa Bianca. Qui vi raccontiamo i tre motivi che la avvicinano alla meta. Due li ha nella pancia, uno nel cuore

Amal Alamuddin Clooney, 39 anni, a fine febbraio a Parigi ai César, dove George è stato premiato: la coppia aspetta due gemelli.

Brenton Thwaites  
**IL NUOVO  
PIRATA  
DEI CARAIBI**

*Corea del Sud*  
Viaggio dentro  
la fabbrica dei  
**CANI CLONATI**

*Nuovi mestieri*  
Io, maschio, ero  
una ragazza delle  
**CHAT PORNO**

*La posta di Gramellini*  
La mia donna  
**AMA IL SUO  
GATTO**  
più di mio figlio

«Sono due i giorni  
più importanti della tua vita:  
quello in cui nasci  
e quello in cui scopri perché»  
*Mark Twain*



N. 13 SETTIMANALE | 5 APRILE 2017

IN EDICOLA IL 29/31/2017 - POSTE ITALIANE SPA - SPED. A.P. - D.L. 353/03 ART. 1, C.M. 1, DCB MI - PREZZI EDICOLA ESTERO: A € 3,30 - F € 3,80 - CH CHF 4,50 - CANTON TICINO CHF 4,20 - B € 3,50 - LUX € 3,50 - COSTA AZZURRA € 4,00 - UK £ 2,80 - GR € 3,50 - P € 2,95 - D € 3,60 - NL € 3,00 - USA \$ 3,95 - CAN C\$ 12,45

# Gocciola a gocciola

Il primo gesto per avere una bella pelle è idratarla. E idratarsi. Tenendo conto della stagione, dell'ambiente e dello specchio

di MICHELA MOTTA *foto* CRAIG CUTLER

**N**

elle ultime settimane sono arrivati i risultati di diverse ricerche che svelano dettagli sullo stile di vita degli italiani. I dati Eurostat dicono che siamo pigri perché il 40 per cento di noi non solo non pratica sport ma non si muove nemmeno per sbaglio. Eppure, tutto sommato, siamo in salute grazie alla dieta mediterranea: l'Italia è il Paese in cui si mangia meglio e quindi quello in cui c'è un'aspettativa di vita più alta secondo il *Bloomberg Global HealthIndex*. Sani e saputelli: conosciamo che per stare bene bisogna bere tanta acqua e il 90% dichiara di consumarne almeno un litro (dati Nestlé Waters). Peccato non basti perché ce ne vogliono almeno due. E questa abitudine ha più ripercussioni di quanto si pensi: dalla sensazione di stanchezza alla salute degli occhi, fino all'aspetto della pelle. Che dipende soprattutto dall'acqua ingerita ma anche dall'idratazione cosmetica. Un tema su cui le maison della bellezza si stanno concentrando, tornando a investire su questo gesto come il primo per avere un'aria fresca e contrastare l'invecchiamento, a prescindere dall'età.

## Senza barriere

In sostanza, se la pelle non è idratata, sarà più segnata e rughe e cedimenti si installeranno prima. «E gli antietà saranno meno efficaci», dice **Mariuccia Bucci**, dermatologo plastico. «Se non c'è equilibrio idrico, sarà difficile ricevere qualsiasi cosmetico. Posto che il livello d'acqua nella cute dipende da quel che mangiamo e beviamo, è anche vero che l'epidermide, essendo esposta al mondo, va riequilibrata con le creme per renderla uniforme e più ricettiva. Gli idratanti più completi sono quelli che mixano attivi come l'acido ialuronico ai lipidi, che insieme con le ceramidi formano il "cemento" del derma. Solo così si ripristina la barriera».

## Le «seccature»

Tra i fattori disidratanti al primo posto ci sono quelli ambientali e climatici, su tutti il sole, il vento, l'aria condizionata, il riscaldamento. Così come certe abitudini: «Lavarci troppo, anche solo con acqua, secca la pelle», continua **Bucci**. «Se poi la detersione avviene con prodotti aggressivi e schiumogeni, la situazione peggiora. Esattamente come quando si esfolia troppo: è vero che lo scrub accelera il turn over cellulare, ma se è troppo frequente, fa danni. Spesso capita che le pazienti mi chiedano un consiglio sull'idratante più giusto per la loro pelle e mi rendo conto che il problema è la scarsa consapevolezza del proprio tipo di pelle. E quella che viene definita pelle secca è una pelle mista trattata in modo troppo aggressivo. Ecco perché ascolto e osservazione del proprio corpo sono fondamentali nella scelta dei prodotti».

Il livello di idratazione dipende infine da termoregolazione – gli sbalzi di temperatura – e sudorazione. Quindi quando fa caldo o si fa attività fisica intensa, per il bene della pelle bisogna adeguare i cosmetici e reintegrare i liquidi persi.

«Bere lentamente e costantemente», dicono gli esperti. E noi italiani con quel litro d'acqua siamo già a metà dell'opera. Poco male: la stessa ricerca rivela che un inglese su dieci non beve nemmeno una goccia d'acqua al giorno. **VI**



## Effetto borraccia

1. Una texture liquida a base di acqua d'aloe: **Hydra Genius Aloe Water di L'Oréal Paris** (€ 9,90).
2. Attivi vegetali che stimolano la produzione di ialuronico e una molecola «spugna» che trattiene acqua: **Hydra-Essentiel Gel Sorbet Désaltérant di Clarins** (€ 47,50).
3. Un grande classico del brand, antiossidante, protettivo e idratante: **Daywear Spf 15 di Estée Lauder** (€ 29).
4. Siero, tonico e peeling delicato in un'unica formula: **Hydra Life Deep Hydration Sorbet Water Essence di Dior** (€ 64,64).
5. Mentre idrata, ha un effetto lenitivo immediato: **Life Plankton Sensitive Emulsion di Biotherm** (€ 50).
6. Grazie alle microsfele, gli attivi idratanti rimangono efficaci nel tempo: **Hydra Beauty Micro Crème di Chanel** (€ 84).