

GIOIA!

Sienna Miller
A.A.A. aspirante
papà cercasi

Brad Pitt
Ora CHE SONO
di NUOVO "PULITO"

**ADOLESCENTI
allo SPECCHIO**
AI TEMPI di INSTAGRAM

#Bodypositive
CONTRO la DITTATURA
del CORPO PERFETTO

Moda
Di che
colore sei

DIMAGRISCI facile
Le diete MASTERCLASS

Talassoterapia
10 mete SLIM&RELAX

Memoire
Serge GAINSBOURG
SE NASCI BRUTTO

Speciale
bellezza al
SOLE

Perché GLI ITALIANI
NON si PROTEGGONO?

**Tutti
al mare**

**TINTARELLI
SICUREZZA**

**GAME
10 e lo**

**CAPELLI
MAKE UP
summer pro**

N°21 3/06/2017
SETTIMANALE GIOIA! €1.80
IN EDICOLA DAL 25/05/2017

Settimanale Poste Italiane s.p.a. Sped. in A.P. D.L. 353/2003
(conv. in L. 27/02/2004) art.1 comma 1, LO 16, Anno LXXI
Abbon. € 3,50 - Belgio € 3,50 - Canada \$ 5,00 - Francia € 3,50
Principato di Monaco € 3,50 - Egitto Egp 65,00 - Germania € 3,50
Germania € 4,00 - Grecia € 4,00 - Portogallo € 3,50 - Regno Unito € 3,50
Spagna € 3,50 - Svizzera Italiana CHF 4,00 - Svizzera Tedesca CHF 4,20



summer



CALLING

Pronte per l'estate? Pensarci adesso aiuta. Per rigenerare al massimo pelle e capelli prima di esporsi al sole e superare la prova sandalo, sfoggiando piedi (ma anche mani) perfetti, bisogna giocare d'anticipo

di Giovanna Maffina e Antonella Grua foto Jan Welters

GIOIA! countdown



viso perfetto

- 1. Elisir termale**
Minéral 89
Booster Quotidien,
Vichy (€ 25).
- 2. Energico**
Ultimune Power
Infusing Concentrate,
Shiseido (da € 84,90
da Sephora).
- 3. Idrata**
Hydra Genius, L'Oréal
Paris (€ 9,90).
- 4. Uniforma**
Super Multi
Corrective Cream,
Kiehl's (€ 63).
- 5. Nutre** Hydra
Essentiel Crème
Désaltérante,
Clarins (€ 140).
- 6. Duo color**
Savanna Bronze
& Highlighter,
Pupa (€ 17,50).
- 7. Impalpabile** Sun
Protective Compact,
Sensai (€ 56).
- 8. Effetto bronzo**
Sunrise Palette,
Giorgio Armani
Beauty (€ 70).

I preparativi beauty per l'estate cominciano dalla pelle. «Primo, rinforzarla: oltre a un trattamento antiossidante da iniziare almeno quindici giorni prima di partire, consiglio integratori per bocca a base di emblica e Polypodium leucotomos, estratti verdi spiccatamente antiossidanti», spiega **la dermatologa Mariuccia Buccì**. «Oppure, puntate dritto all'immunoprotezione, con probiotici come il Lactobacillus johnsonii: rafforzano il sistema immunitario, salvaguardando le cellule di Langerhans, che hanno il compito di proteggerci dagli Uv e che invece, proprio per effetto dei raggi, tendono a diminuire». Consigliato aumentare l'apporto di antiossidanti consumando verdura e frutta, anche secca, e idratarsi bevendo acqua e centrifugati.

Anti-sete su misura

La carta da giocare, per fare scorte d'acqua a livello epidermico, è l'idratazione. Ma sul viso è il momento di usare formule alleggerite. «Perché con il caldo anche la pelle del volto è soggetta a sudorazione e le texture troppo pesanti ne impediscono la traspirazione, occludendo i pori», dice **la dottoressa Buccì**. Meglio quindi preferire emulsioni fluide e creme-gel, che vengono rapidamente assorbite dalla pelle senza lasciare film residui. Un approccio diverso per il corpo: non solo bisogna scegliere idratanti ricchi, che rendano la cute elastica e compensino le carenze indotte dalla traspirazione, ma occorre anche intervenire sull'iper cheratosi. «Come reazione al primo sole, la pelle crea uno scudo protettivo e si ispessisce. Può succedere che, dopo qualche giorno di esposizione, pur essendo ben idratata inizi a spellarsi: è lo strato corneo che si scalda. Per eliminarlo rapidamente basta massaggiare un olio prima di fare la doccia o applicare creme lievemente esfolianti a base di urea», suggerisce Buccì.

Senza trucco o quasi...

Il make up estivo c'è ma non si vede. «Le nuove basi, liquide o in polvere, nascono da speciali tecnologie che le rendono leggere come l'acqua», dice Donatella Ferrari, face designer Giorgio Armani. «Sono perfezionatori dell'incarnato, da usare come *all over* per tonalizzare la carnagione o per creare colpi di luce sugli zigomi, sulla palpebra mobile, sul labbro superiore». Per gli occhi, la star di stagione è il bronzo: da solo o mosso da sfumature più chiare, nei toni del sabbia. «Sta bene a tutte e grazie alla texture metallizzata, va bene anche sulla pelle matura: il suo finish effetto bagnato, a differenza del perlato, spiana piccole rughe e imperfezioni». Per il trucco viso un must sono le terre: «Essendo a base di pigmenti macromolecolari, hanno però bisogno di un supporto a cui aderire. Ecco perché è importante spennellarle sempre dopo aver steso un primer», conclude Donatella Ferrari.

capelli al top

- 1. S.o.s.** Trattamento Riparatore Doposole, Biopoint Solaire (€ 6,20).
- 2. Multifunzione** Huile Prodigueuse, Nuxe (€ 29,90).
- 3. Ripara** Crema Capelli Ristrutturante, Cielo Alto (€ 11,10).
- 4. Lisciante** GHD Platinum, (€ 249).
- 5. Ricco** Integrity conditioner, Z.One Conditioner (€ 13,40).
- 6. Specifico** Huile Protectrice, Phyto Plage (€ 16,50).
- 7. Ristrutturante** Oxylock Plasma, Jean Paul Myne.
- 8. Detossinante** Visarome Dynamique La Biothétique (€ 28).

