

SCOPRI IL MENSILE FEMMINILE PIÙ LETTO DALLE ITALIANE

GLAMOUR

€ 2,20 (Italy only)
n. 221 LUGLIO 2010

moda

I LOOK INEDITI
PER VESTIRTI
IN MODO DIVERSO
DA TUTTE

SESSO
10 COSE CHE
NON SAI
(E ORA TI
DICIAMO...)

speciale

35 idee
giuste per fare
LA VACANZA
PIÙ BELLA
DELLA
TUA VITA



**CAMBIA
I CAPELLI IN
5 MINUTI**

20 STILI
QUICK DA
URLO
(COSA VUOI
DI PIÙ?)

**SCUOLA
DI CUCINA
NUOVI MENU
PER STUPIRE**

**NUOVI TATTOO
PER SEDURRE**

**IL TUO
CORPO È
SEXY!**

**CINQUE STEP PER MIGLIORARE
LA PERCEZIONE DI COME SEI**

la tua e-mail dalla spiaggia

SPECIAL GUEST

Zoë Saldaña

« Che cosa voglio dalla vita? »

Più sesso, più viaggi, più vino, più amore». Così parla Zoë Saldaña, 32 anni, protagonista di *Avatar* (era Neytiri) e presto al cinema con *Death at a Funeral* e *The Losers*. Intanto parte per vacanze assolate (ama molto la spiaggia di Los Cabos, in Messico) e parla con noi di moda e beauty d'estate.

«Abbandono il nero per i colori decisi, sia nei vestiti sia nel trucco, ma non rinuncio agli smoky eyes. Questo solo nelle occasioni speciali. Altrimenti, preferisco un look molto naturale. Lo ammetto: troppa eleganza e troppo trucco mi imbarazzano un po'».

Domanda: So che si può essere allergici al sole. Come scoprire se lo sono?

Barbara

Risposta: «Chi è allergico ai raggi solari, già dopo 5 minuti di esposizione si ritrova con dei puntini pruriginosi su viso, collo e décolleté. E se non va subito all'ombra, dopo qualche ora, i puntini diventano chiazze e si espandono su tutto il corpo».

Antonino Di Pietro (dermatologo, presidente Isplad-Società internazionale di dermatologia e medicina plastica)

Domanda: Mi abbronzò in fretta, ma i primi giorni mi scottò. Esistono rimedi naturali per

evitare questo fastidio? Aurora

Risposta: «Produce melanina, ma hai la temperatura corporea alta. Rinfresca spesso la pelle e, la sera, fai spugnature con acqua fredda e amido di riso lenitivo».

Antonino Di Pietro

Domanda: Si può fare lo scrub e subito esporsi al sole? Vania

Risposta: «Solo dopo 8-10 ore, così la barriera cutanea ha tempo di rigenerarsi».

Magda Belmontesi (dermatologa)

Domanda: I solari dell'anno scorso sono scaduti? Patrizia

Risposta: «Solo quelli che sono già stati aperti: i filtri protet-

tivi, infatti, a contatto con l'aria perdono efficacia».

Umberto Borellini (cosmetologo)

Domanda: Quante ore posso stare al sole? E-mail non firmata

Risposta: «Non più di un'ora di fila: se stai tutto il giorno in spiaggia, alterna l'esposizione con docce, bagni, soste all'ombra. E riapplica la protezione ogni due ore».

Magda Belmontesi

Domanda: È vero che fumare al sole fa male alla pelle? Lidia

Risposta: «Sì, se fumi più di 2 o 3 sigarette. Il fumo distrugge l'elasticità dei capillari che, con



il caldo, si dilatano e si rompono. Risultato: il viso si arrossa e compaiono le tipiche chiazze della couperose».

Antonino Di Pietro

Domanda: Ora fanno solari che vanno bene sia per il viso sia per il corpo. Dunque, non ha più senso comprare un solare specifico?

Paola

Risposta: «Se vuoi spendere meno e sai che non finirai il solare specifico per la fine della vacanza, scegli un prodotto viso-corpo. Se, invece, hai problemi di pelle o vuoi un'azione anti-tetà rinforzata, è meglio un prodotto fatto apposta per il viso, che ha principi attivi più concentrati».

Umberto Borellini

Domanda: Perché il sole sul seno fa male?

Valeria

Risposta: «Perché si possono scottare i capezzoli, che sono molto delicati. Se vuoi metterti in topless, applica lì uno schermo totale».

Mariuccia Buccì (dermatologa, vicepresidente Isplad)

Domanda: Se faccio qualche lampada, al mare mi abbronzano prima?

Chiara

Risposta: «Niente affatto. La lampada solare colora solo la pelle: l'effetto si vede subito ma non è duraturo. Gli ultravioletti della lampada, inoltre, non stimolano la formazione di melanina. Quindi non servono se non – come è ormai noto – a rovinare la pelle».

Magda Belmontesi

Domanda: Per andare al mare come mi depilo: crema, rasoio

Evitate la lampada solare: non prepara la pelle a scurirsi né accelera la tintarella. In più, fa male perché emette raggi che favoriscono l'invecchiamento cutaneo precoce».

oppure ceretta? E-mail non firmata

Risposta: «Su gambe, inguine e ascelle è indifferente. Evita, però, il deodorante dopo la depilazione, perché può macchiare la pelle. Sul viso, invece, l'ideale è usare le strisce o la crema depilatoria, almeno dieci giorni prima dell'esposizione: qui la pelle è più delicata e, con la depilazione, al sole può iperpigmentare e dare luogo alle macchie scure. Per i ritocchi in vacanza, consiglio la pinzetta».

Mariuccia Buccì

Domanda: Sono bionda con la pelle chiara. L'anno scorso, con l'Spf50+, sono rimasta bianca. Posso abbronzarmi?

Giusy

Risposta: «Inizia, 3 settimane prima (e prosegui per tutta la vacanza), ad assumere degli integratori di licopene, vitamina E e acido lipoico: riducono il rischio di scottature ed eritema. Applica la protezione 50+ i primi due giorni, quindi scendi alla 20».

Magda Belmontesi

Domanda: Oli, gel e fluidi proteggono come la crema? Nunzia

Risposta: «Gel, fluidi ed emulsioni sì, e vanno scelti a seconda del tipo di pelle: più è secca o sen-



Gel doposole che ripara il viso Golden Beauty After Sun, H. Rubinstein (€40).



Antiossidante e rigenerante Beauty Sun Anti-Age Face Cream Spf50+, Korff (€16,50).



Antirughe e macchie Solar Expertise Latte Solare Ip20 Viso e Corpo, L'Oréal Paris (€14,50).



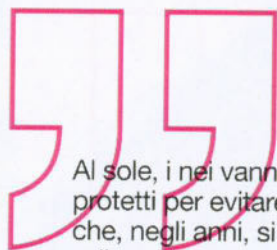
Per la pelle sensibile Viso e corpo Continuous Protection Latte Solare Spf30, Aveeno (€16,90).



Idratante antiage per viso e corpo Verattiva Protezione Sole Spf6, Specchiasol (€19,50).



Previene le rughe e dà luce al viso Sun Age Control Anti-Wrinkle Radiant Tan Spf15, Lancaster (€45).



Al sole, i nei vanno protetti per evitare che, negli anni, si sviluppino melanomi. Se avete uno o più nei grossi, schermateli localmente con uno stick solare a schermo totale».

sibile, più la consistenza del prodotto dovrà essere ricca. Gli oli, invece, non proteggono e vanno usati solo sulla pelle olivastra quando è già abbronzata».

Umberto Borellini

Domanda: I nei sono causati dal sole?

Lina

Risposta: «No. Ci sono dalla nascita o si formano nei primi anni di vita. A volte, invece, compaiono da adulti, ma per cause soggettive, non esterne».

Gian Marco Tomassini (dermatologo, Coordinatore Nazionale Gruppo Melanoma A.D.O.I.-Associazione Dermatologi Ospedalieri Italiani)

Domanda: Al sole i nei vanno protetti?

Fausta

Risposta: «Sì, con uno schermo alto per prevenire il rischio di melanomi».

Gian Marco Tomassini

Domanda: Di recente ho fatto un intervento: devo proteggere la cicatrice al sole?

Barby

Risposta: «Sì, perché sulla cicatrice la pelle è molto sensibile: se si scotta, può creare una reazione infiammatoria. Applica uno schermo 50+ direttamente sulla cicatrice con un cotton fioc».

Mariuccia Bucci

Domanda: Ho appena curato delle macchie cutanee sul viso. Adesso, se mi proteggo bene, posso prendere il sole?

Daniela

Risposta: «No. Adesso la pelle che è stata curata è ipersensibile al sole: a contatto con gli Uv, si possono formare macchie profonde, difficili da schiarire».

Antonino Di Pietro

Domanda: Se uso l'autoabbronzante da un mese prima della partenza, riduco il rischio di scottarmi?

Alberta

Risposta: «No, perché l'autoabbronzante colora artificialmente, come se fosse un fondotinta, ma non contiene ingredienti che stimolano la formazione di melanina».

Magda Belmontesi

Domanda: Ho capelli rossi e lentiggini. Anche se sto all'ombra con la protezione alta, al mare mi scotto. C'è una cura per non rinunciare alla spiaggia?

Giovanna

Risposta: «Sì, ma dato che è a base di integratori speciali e di antistaminici, la cura va prescritta da un dermatologo».

Mariuccia Bucci

Domanda: È vero che al mare l'acne migliora?

Genny91

Risposta: «Sole e acqua salata asciugano la pelle. Ma ci sono casi in cui, al sole, l'acne peggiora, come quando è causata dallo strizzamento dei brufoli o se applichi solari troppo corposi: scegli solo gel o fluidi oil free. Esiste poi un'acne estiva, che esplode proprio sotto il sole».

Mariuccia Bucci



Accelera il colorito
Protect & Bronze Latte Solare Spf10
Corpo, Nivea Sun (€13,50).



Doposole corpo superidratante
After Sun Lait Oligo-Thermal, Biotherm (€26).



Intensifica il colorito
Latte Solare Abbronzante Corpo Spf6, Revlon (€17,40).



Rassoda e protegge
Lato A Crema Seno Spf15, Yamamay Beauty (€18,90).



Effetto ghiaccio per viso e corpo
After Sun Ice, Deborah Bioetyc (€12,30).



Attenua il prurito di eritemi e scottature
Foille Sole Spray Cutaneo, Sanofi (€10,30).