

IL BELLO DEL FARE  
WELLNESS

Consigli sempre validi (e troppo spesso disattesi) e nuove tecnologie da provare a casa o in istituto.

Prendersene cura richiede solo un po' di attenzione e voglia di volersi bene.

Importante è usare la crema giusta, da tenere in borsa e applicare più volte al giorno:

idratante-nutriente tipo crema-barriera oppure un preparato con ossido di zinco, vitamina E, ceramidi, o ancora un emolliente con urea, omega 6 e omega 3.

Fra i trattamenti da provare la re-dermalizzazione, che blocca i radicali liberi, previene la disidratazione e ringiovanisce la cute

# MANI AL SICURO

di **Giancarla Ghisi**

**N**on stanno mai ferme. Lavorano, gesticolano, accarezzano. Eppure delle mani si ha poca considerazione, c'è la tendenza a trascurarle. «Sempre più spesso — spiega Magda Belmontesi, dermatologo e docente scuola superiore di medicina estetica Agorà Milano — chiedono aiuto. Vanno ascoltate: la pelle di questa parte del corpo, se non curata, tende ad invecchiare velocemente. Lo strato adiposo è ridotto al minimo e non è il massimo dell'elasticità. Senza un po' di attenzione insorgono una serie di problematiche come ruvidità, screpolature, rossori che non dovrebbero essere sottovalutate. E poi non dimenticare che, quotidianamente, subiscono un continuo stress: detergenti aggressivi, raggi Uv, freddo». Mani belle, curate, sono il desiderio di donne ma anche di molti uomini. A volte, però, per pigrizia o poca costanza, resta tale.

Eppure le mani sono un biglietto da visita. Alcuni artisti le hanno elette elemento estre-



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



mamente sensuale. Dice Pablo Ardizzone make up artist: «Non sono solo un mezzo di utilità ma parlano, raccontano. È una comunicazione, la loro, anche erotica. Un'estensione delle labbra e degli occhi. Se il colore dello smalto è simile al maquillage del rossetto, o gloss, viene ampliato il desiderio. Se la nuance è la stessa del make up degli occhi parte immediatamente il messaggio di grande seduzione». Un po' di attenzione e

semplici accorgimenti sono utili. «Questo — aggiunge Belmontesi — è un periodo difficile per loro. Il freddo è grande nemico, causa diverse problematiche: dalla secchezza alla desquamazione. Gli sbalzi termici influiscono negativamente sul microcircolo portando formicolio, dita bianche e fredde e in casi estremi compaiono i geloni. Ma anche pizzicore, prurito, rossore intenso, gonfiore. Inoltre vengono sottoposte a frequenti lavaggi con prodotti, a volte, troppo aggressivi o con acqua ricca di calcare, tutti elementi che abbassano l'azione barriera». Difenderle, la prima mossa. «Per la detersione — spiega la dermatologa — utilizzare saponi delicati e subito dopo applicare un prodotto specifico che può essere idratante-nutriente tipo creme-barriera o preparati formulati con ossido di zinco, vitamina E, ceramidi, oppure emolliente contenente urea, omega 6 e omega 3. Asciugarle perfettamente evitando le fonti ad aria calda. Questo serve a contrastare la secchezza e la perdita di acqua trans-epidermica. Imparare a indossare i guanti quando si esce da casa, per le fanatiche che non possono fare a meno di telefonare hanno inventato anche quelli touch screen. E soprattutto quando si fanno lavori domestici. Portarsi sempre una crema da applicare più volte durante la giornata. Meglio se con fattore di protezione per difenderle dai raggi Uv. Concedersi, ogni tanto, una coccola notturna applicando un impacco di crema poi indossare guanti di cotone. Ricordarsi di prendere cura delle unghie».

Anche in istituto si gioca una partita importante. Oltre al classico trattamento alla paraffina si sono aggiunti linee specifiche come spiega Vera Katasonova consulente del benessere presso Violette di Milano: «Si comincia con una leggera esfoliazione per eliminare la pelle secca. Da ripetere anche a casa preparando un mix con zucchero di canna, qualche goccia di limone e un cucchiaino di miele. A cui far seguire una maschera, idratante o schiarente o nutriente. E si completa con un leggero massaggio utilizzando un cocktail di oli, cocco, mandorle e qualche goccia di olio di lavanda per un effetto aromaterapico».

Dalla medicina estetica arrivano proposte interessanti. «È possibile intervenire — dice Maria Gabriella di Russo idrologo e medico estetico a Milano e Formia — con peeling mirati. Acido lattico, glicemico, mandelico, kojico e salicilico formano un mix funzionale che ha la capacità di accelerare il naturale turn-over cellulare con un effetto terapeutico sinergico per il rinnovamento dell'epidermide. Migliora il colorito, la trama, la luminosità in assenza di downtime. Per un risultato più ampliato si può associare la redermalizzazione, un trattamento antiaging di ringiovanimento cutaneo che blocca i radicali liberi e previene la disidratazione. Si tratta di acido ialuronico e acido succinico che vengono impiantati a livello intradermico superficiale con tecnica dei microponfi. Le indicazioni sono proprio la disidratazione, la perdita di turgidità cutanea, l'atonia (pelle stanca) le grinze. Mentre per le macchie si può ricorrere alla luce pulsata medicale». Mani perfette con una nuova manicure. «La tendenza per le unghie — aggiunge Ardizzone — è ovale a mandorla, quasi appuntite. Non più squadrate molto "americane". Il colore è variabile. La novità è lo smalto sfumato che parte colore inteso e sulla punta si fa più chiaro, tipo French ma non a linee nette. Si può ottenere con ombretto in polvere in tre step: base-ombretto e top coat».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



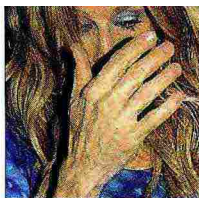
**Bacche artiche**  
Concentrazione di estratto di tre bacche artiche (lamponi artici, mirtilli rossi e camemori, ricchissimi di vitamine A, C ed E, con proprietà antiradicali e nutrienti) Polaar La Véritable Crème revisita gli antichi segreti di bellezza delle donne lapponi



**Antiossidante**  
Si affida al famoso «miracle broth» ricco di principi attivi marini (miscela di alga marrone marina, calcio, magnesio, potassio, lecitina, ferro, vitamina C, E e B12, infusa con oli essenziali) il nuovo The Rejuvenating Hand Serum La Mer dalla proprietà anti-ossidante



**Per pelli secche e fragili**  
Con il venticinque per cento di burro di karatè biologico, il balsamo Mani Intenso di L'Occitane forma un film protettivo che difende e nutre le pelli che hanno caratteristiche di fragilità e secchezza



Le imperfezioni riguardano anche le star. Sarah Jessica Parker (in alto) ha vene estremamente evidenti, che maschera con gioielli vistosi e bracciali. Madonna (qui sopra) indossa spesso guanti per nascondere un'accentuata rugosità: più volte ha fatto ricorso a iniezioni a base di acido ialuronico



Le mani sono il punto debole di Angelina Jolie: ossa spigolose, tendini ben visibili a causa della magrezza e pelle poco tonica

3

le fasi della cura della mani: leggera esfoliazione, anche «casalinga» (zucchero di canna, limone, miele); maschera idratante o schiarente; terzo massaggio con olio di cocco e mandorla