

**C**i siamo, di nuovo... la bella stagione sta volando via. A dire la verità sappiamo che il clima del nostro Paese potrà regalarci ancora gradevolissime e caldissime sorprese ma terminate le ferie, mentalmente, è come se si fosse chiusa anche l'estate. Da una parte la difficoltà a rinunciare a tutti gli effetti benefici che il sole ci ha regalato e dall'altra... il pensiero, ora, di come sistemare i piccoli 'danni' provocati dalle lunghe sessioni tra acqua, salsedine, vento, umidità (e altro). Soprattutto, il pensiero importante va all'abbronzatura



**1**  
**Radiosa come quando eri in spiaggia?  
Basta poco per realizzare il sogno  
SEMPRE BELLE E ALLEGRE  
COME DURANTE L'ESTATE**



stato anche con comportamenti 'quotidiani', apparentemente innocui ma... errati. Ad esempio, opta per la doccia e non per il bagno per evitare

che (ahimè) ci sta abbandonando o, comunque, lo farà a breve! Niente paura. Ecco dei semplici tips per continuare a sfoggiare una bellezza solare!

✓ Al rientro dalle vacanze, solitamente, la pelle potrebbe essere disidratata. Ovviamente il rimedio numero uno, anche quando non c'è la sensazione della pelle che tira, è quello di bere acqua, ma è meglio evitare di 'peggiore' lo



un prolungato contatto con l'acqua che favorirebbe la desquamazione della pelle. Vietato usare detergenti troppo aggressivi preferendo prodotti oleosi. Ricorda di strofinare molto delicatamente la cute durante l'asciugatura. Anche per lavare il viso, a inizio e fine giornata, è bene scegliere con cura prodotti molto delicati e indicati per il proprio tipo di pelle.

✓ In questo periodo sarà necessario inserire nella beauty routine lo scrub, così da eliminare lo strato superficiale dell'epidermide e migliorare il rinnovamento cellulare. Ovviamente, sarà obbligatorio, ancora una volta, idratare in profondità con prodotti 'ad hoc', contenenti molecole capaci di 'attirare' l'acqua (acido ialuronico, urea, allantoina, acido lattico e aloe) di giorno e con prodotti nutrienti ed elasticizzanti (burro di karité, oli vegetali, vitamina E) di notte.

✓ Non solo la pelle, anche i capelli hanno bisogno di cure mirate proprio perché indeboliti da caldo,



sabbia, sale, cloro, vento e docce... Se durante l'intera stagione sono stati protetti da un cappellino e da prodotti specifici, i danni saranno sicuramente minori altrimenti... per prima cosa, fino a che le temperature non scenderanno, sarà meglio evitare l'uso prolungato del phon ma anche della piastra allisciante e del fer-



**11** Nourish Mask nutre intensamente la fibra capillare, donando lucentezza e setosità. Le lunghezze ritrovano elasticità, morbidezza, volume. Da Lazarique, € 45

**12** Bellissima presenta My Pro Miracle Wave, il nuovo styler ad aria che crea onde morbide e naturali, con un calore gentile che rispetta il capello. € 99,99

**13** Talasso-Scrub ha saputo ricreare l'efficacia di un trattamento SPA sfruttando i benefici del mare uniti agli oli essenziali. Esfoliante e idratante, drenante anti-acqua, snellente, nutriente ed energizzante. Da Collistar, € 25

**14** L'acqua micellare B-SELFIE Angel, per la detersione quotidiana del viso, asporta con dolcezza ogni tipo di impurità e prepara la pelle a ricevere con maggiore efficacia qualsiasi prodotto specifico. € 29

**15** Burro Scrub Sex On The Beach contribuisce a uniformare la pelle e a mantenere l'abbronzatura luminosa e dorata più a lungo. Leviga la pelle e la nutre in un solo gesto. Da Antos, € 8,90

**16** Beauté De Nuit gel cronio-attivo di Galénic, svolge una attività esfoliante enzimatica molto delicata e non fotosensibilizzante; il gel aiuta a mantenere l'abbronzatura più intensa e a lungo. € 64

**17** Il balsamo rivitalizzante Santoint è l'alleato ideale per capelli stressati, trattati e fragili. Il risultato è visibile sin dalla prima applicazione: i capelli sono subito soffici, brillanti e docili al pettine.

**18** Rilastil ha pensato allo special pack Kit Rituale Idratazione che contiene: 3 pratiche mini size da 15ml della linea Aqua, perfette da portare ovunque: Aqua Detergente, Aqua Intense 72h e Aqua Maschera. € 18,90

**19** L'Elisir Multivitaminico Antiossidante, Idrogel ricco di preziose Vitamine della giovinezza, contrasta l'azione d'invecchiamento dei radicali liberi. Da Chrissie Cosmetics, € 54,90

**20** Da Aveda, Cherry Almond Body Scrub, rende la pelle lavagata e morbida grazie a una esfoliazione delicata... Adatto a tutti i tipi di pelle, vegani e cruelty free.

**21** Hyalu di Nika è un trattamento spray idratante e anti-age. Facile e veloce da utilizzare, senza necessità di risciacquo, dona ai capelli idratazione, morbidezza e lucentezza.

**22** Cera di Cupra, il Siero Concentrato Collagene & Vitamine: protegge, rassoda, ridensifica e ricompatta la pelle, favorendo un'azione riparatrice mirata contro i segni del rilassamento cutaneo. € 9,90

**23** Korff Goose Dopesole Idratanti e Riparatrici, idrata e rigenera i tessuti fotodanneggiati, contrastando la formazione delle rughe. L'abbronzatura si mantiene uniforme e luminosa più a lungo. € 39

**24** Da Huda Beauty, Glow Coco Hydrating Mist, un primer, spray fissante e rinfrescante. Quest'acqua idratante a tripla azione che salva la pelle e lavora per una pelle luminosa senza difetti per tutto il giorno. Esclusiva Sephora, € 35,50

**25** Wycon Miracle Lip Mask ha un'azione idratante, volumizzante e riempitiva. La texture ricca e densa avvolge le labbra idratandole e rendendole lisce, più compatte e turgide. Ideale sia per il giorno che per la notte. € 8,90

**26** Maria Galland Paris 204 Masque Après-Soleil Visage prolunga l'abbronzatura e regala l'illusione che l'estate e le vacanze non siano solo un ricordo lontano. € 52

**27** Glow Edition Body Oil è l'olio 100% naturale che idrata, nutre e illumina la pelle: nutre la pelle in profondità e riduce cellulite, smagliature e cicatrici. Da Freshly Cosmetics, € 29

**28** L'olio Doccia Sublimatore 5 Sens di René Furterer, un elisir sensuale infuso di oli vegetali puri, trasforma questo gesto, sovente automatico, in un vero rituale multi-sensoriale dedicato alla cura di sé. € 12,50

**29** Tramite un questionario sul sito [www.my-formula.it](http://www.my-formula.it) puoi creare e ordinare il tuo shampoo (ma non solo) personalizzandolo a seconda delle tue esigenze, assicurandoti ingredienti di prima qualità. My Formula, € 22

**30** Il nuovo Olio Doccia, Argan & Cipero - Rigenerante, deterge e nutre con dolcezza la pelle, lasciandola morbida come il velluto. € 3,15

**31** Grazie alla speciale Rotating Vibration Technology, Body Cleansing Pro di Bellissima Italia rimuove efficacemente impurità e cellule morte, stimolando la microcircolazione. € 99,90

**32** Hyaluronic Energy Body Serum di Freshly Cosmetics idrata la pelle, riducendone la secchezza e la desquamazione, la esfolia delicatamente e la rivitalizza, aumentando la sua luminosità del 90% fin dal primo utilizzo. € 26

**33** Synchrovit C By Synchroline è il siero formulato per controllare il crono ad il foto-aging. Migliora visibilmente la texture cutanea donandole tono e compattezza e ostacola la formazione di macchie cutanee. € 49,90

ro arricciacapelli. Il lavaggio deve essere eseguito con prodotti delicatissimi e per la messa in piega è meglio usare pettini e spazzole in legno. Almeno una volta a settimana, poi, sarebbe saggio applicare una buona maschera.

✓ Per mantenere un po' di sano colorito basta continuare a stimolare la melanina anche semplicemente approfittando della pausa pranzo o del weekend per una bella passeggiata sotto il sole ma, attenzione, persino in città, è bene continuare a usare una protezione e il doposole. Se l'intenzione è questa, l'altra piccola accortezza è quella di non usare ancora prodotti contenenti alcol. Dunque, per avere la pelle profumata, è meglio usare delle acque aromatiche e creme agli oli essenziali.

✓ Nel caso di 'danni' evidenti, come ad esempio la cute macchiata o una pelle eccessivamente provata, ovviamente, è meglio lasciar da parte i 'rimedi casalinghi' e correre immediatamente dal proprio dermatologo o, almeno, chiedere un primo parere, per la scelta dei prodotti, a un farmacista di fiducia.

✓ Finiamo poi con la sorta di 'mantra' che ripetiamo sempre: la salute passa dalla tavola. L'alimentazione va curata anche per mantenere un colorito sano! Oltre a bere tanta acqua - come abbiamo già detto - va libera a frutta, verdura. Da

preferire gli alimenti arancioni, rossi e gialli che contengono vitamine e sostanze antiossidanti. Bene anche la frutta secca e l'uso dell'olio extra vergine d'oliva, in maniera moderata e a crudo.