

VANITY FAIR

N.29 • SETTIMANALE 15 LUGLIO 2004

€ 1,50



Stefano Accorsi
**L'AMORE
TI FA
BELLO**

IL RACCONTO
DI UNA PASSIONE
(PER LAETITIA CASTA)
CHE GLI HA CAMBIATO,
IN MEGLIO, LA VITA

ALBERONI
QUANTE BUGIE
SULLA MIA RAI

TOP MODEL
IL VERO SEGRETO
DI CLAUDIA SCHIFFER

speciale
OROSCOPO
UN'ESTATE DA SOGNO
PER GEMELLI
E SCORPIONE

NICOLE KIDMAN
CONFERMO:
I MASCHI
PREFERISCONO
LE BIONDE

*Stefano Accorsi, 33 anni: dopo "L'ultimo bacio"
a Giovanna Mezzogiorno, ne ha dati molti altri.
Alla bellissima Laetitia Casta.*

MODA
SUMMER
FLOWERS

BEAUTY
IL MAKE-UP
DA SPIAGGIA

**MARLON
BRANDO**
UNUOMO
CHIAMATO
DESIDERIO

DI
FERNANDA PIVANO
CLAUDIA CARDINALE
MARINA CICOGNA

«LA MIA PASSIONE
PRINCIPALE?
FARMI LE DONNE, TUTTE,
LE MOGLI DI TUTTI»
Marlon Brando



QUALI CREMA CON 'STO CALDO?

LE PIÙ SCRUPOLOSE L'HANNO GIÀ FATTO. PER TUTTE LE ALTRE È ARRIVATO IL MOMENTO DI CAMBIARE L'IDRATANTE "DI SEMPRE". SCEGLIENDO UNA FORMULA LEGGERA, DISSETANTE E ARRICCHITA CON VITAMINE E FILTRI

DI ANNA CAPELLI - FOTO ALBERT JORDAN

d

Dalla lana al lino, dal cappotto al top di seta. Scontato per tutte, con l'arrivo dell'estate, il passaggio a un guardaroba leggerissimo, che lasci respirare la pelle e non trattienga il calore. Un po' meno evidente è la necessità di procedere allo stesso modo per quanto riguarda lo skin care. Spiega Antonino Di Pietro, dermatologo: «Le creme invernali, ricche e nutrienti, sono studiate per proteggere dal freddo e contengono lipidi che hanno un effetto parzialmente occlusivo sulla cute. D'estate è preferibile invece scegliere consistenze fluide o gelificate, che idratino in profondità e in superficie senza impedire il naturale processo di traspirazione. Il sudore, infatti, svolge un'azione rinfrescante indispensabile per evitare che i capillari si dilatino, la pelle si arrossi e

vada incontro a eritemi dovuti al surriscaldamento». Le texture più leggere rispondono appieno a questa necessità, in quanto sono costruite unicamente su base acquosa. Dice il chimico cosmetologo Mauro Prevedello: «Un po' come avviene per le gelatine alimentari, in queste formule i liquidi si addensano senza bisogno di aggiungere grassi. Per cui all'applicazione l'acqua è subito disponibile per dissetare la pelle. Oltretutto in creme e gel si utilizzano ora degli emulsionanti "quick break", che venendo a contatto con i sali presenti sulla cute si rompono, liberano l'acqua e danno una sensazione immediata di refrigerio». Per aumentare il comfort dell'emulsione si ricorre anche ad agenti rinfrescanti, come gli oli essenziali di menta che, spiega Giuseppe Francioni, product mana-

REVISIONE TOTALE

L'operazione cambio di stagione non dovrebbe riguardare solo l'idratante, ma anche il detergente che, d'estate, va meglio in versione gel.



- 1 Ripristina il film idrolipidico. Hydraenergy di Korff (€ 27). 2 Con vitamina C: per pelli spente e stressate. Force C Premium di Helena Rubinstein (€ 56). 3 Protegge dal sole e dallo smog. Fluide Désaltérant di Clarins (€ 46). 4 Leviga le prime rughe. Primordiale Optimum di Lancôme (€ 65). 5 Una vera riserva d'acqua. Hydramax+ di Chanel (€ 50). 6 Assicura ventiquattrore di idratazione. Hydra-Move di Dior (€ 43,92). 7 Fresca e leggera. Aqua Beauty Di Nivea Visage (€ 8,36). 8 Un cocktail vitaminico. Messenger di Galénic (€ 25,70). 9 Ristora il viso. Thermal Fix 1 di Vichy (€ 16,70).

CINQUE GESTI FACILI PER UN'IDRATAZIONE TOTALE

La crema-viso deve far parte di un programma di idratazione e protezione della pelle dal calore. Ecco i punti salienti della strategia proposta da Doriana Tarantino, cosmetologa alle Terme di Saturnia.

- Scegliere una crema che schermi anche dai raggi solari: ideale un spf15.
- Intensificare le maschere di idratazione: una

frequenza di 3 volte la settimana è ideale.

- Evitare i gommage troppo aggressivi: l'ispessimento dello strato corneo, tipico della pelle esposta al sole, è una reazione difensiva naturale e necessaria del derma.
- Per garantire comunque un buon turnover cellulare è bene lavare il viso, per una decina di sere consecutive, con un

detergente delicatamente esfoliante. E mantenere poi il risultato con un lavaggio-peeling una volta la settimana.

- Non trascurare la delicatissima zona periorbitale, che di giorno va protetta con occhiali da sole e di sera reidratata con un gel effetto drenante o con delle compresse di acqua e infusione di sambuco o camomilla.

ger di Biotherm, «agiscono sui recettori nervosi e danno la percezione di un abbassamento della temperatura anche di due gradi».

VIVA I GRASSI BUONI

Naturalmente la sensazione di beneficio momentaneo, che rende subito la cute più turgida e luminosa, non è l'unico obiettivo da perseguire: bisogna anche reidratare il derma in profondità, limitando le perdite idriche e arrivando a un rilascio temporizzato delle scorte d'acqua immagazzinate. E qui sta il dato curioso: perché l'idratazione sia efficace, sono le proteine e i lipidi che contano. «La pelle trattiene l'acqua se il film idrolipidico di superficie non è fissurato e funge efficacemente da barriera», spiega Di Pietro, «per cui necessita di molecole di grasso, le ceramidi, che facciano da collante tra una cellula e l'altra. Queste molecole si possono aggiungere direttamente alla crema o stimolarne la sintesi attraverso estratti vegetali e marini». Il che significa in concreto avere texture estremamente fluide, che però inducono la pelle a produrre i grassi di cui ha bisogno. Non solo. In questi prodotti ad altissima tecnologia si inseriscono aminoacidi costituenti delle proteine che, oltre ad agire sull'elasticità dei tessuti, «incapsulano le molecole d'acqua e le rilasciano progressivamente nel cor-



Riccarda Serri

so delle 24 ore», dice Francioni. Inoltre, precisa Prevedello, «la fabbricazione di questi prodotti non richiede le temperature elevate necessarie a integrare intimamente tra di loro le componenti acquose e oleose delle creme più grasse: per cui si possono aggiungere in formula sostanze termolabili delicate, come sali minerali, vitamina C e vitamina E, di cui la pelle ha particolarmente sete d'estate».

TRATTAMENTI VIETATI

In questa stagione, infatti, è meglio accantonare le creme più aggressive, con retinoidi o alfaidrossiacidi che potrebbero irritare la cute esposta al sole. Meglio optare per quelle ricche di vitamine riparatrici, di attivi liftanti e decontratturanti, che rilassano viso e occhi continuamente strizzati a causa della luce.

Superfluo aggiungere che è preferibile utilizzare anche in città un idratante con un buon filtro solare. Tenendo conto però, come avverte Di Pietro, che «anche il miglior schermo protettivo dagli ultravioletti non può nulla contro i raggi infrarossi che, riscaldando la pelle, la danneggiano. Per evitare l'effetto "forno a microonde" da caldo estivo è quindi fondamentale abbassare la temperatura della cute».

PELLE AL FRESCO

E così come buttiamo acqua fredda su un pavimento che scotta per temperarne il calore, allo stesso modo dobbiamo fare con il viso. Come? Lo spiega il dermatologo: «Nebulizzando durante la giornata acqua termale o semplicemente minerale, ricordandoci però di tamponare il viso con una velina dopo circa un minuto, perché l'acqua, lasciata evaporare sulla pelle, la disidrata. Di sera è invece opportuno, dopo la detersione, passare un cubetto ghiacciato di infuso di camomilla, per favorire l'ossigenazione e sfruttare le proprietà astringenti del bisabololo, che chiude i capillari e lenisce gli arrossamenti». Mentre Lucia

Marino, medico idrologo alle Terme di Saturnia, consiglia di fare, a fine giornata, «un impacco rinfrescante di argilla verde mescolata

con acqua, da tenere sul viso per una quindicina di minuti coperto da una garza costantemente bagnata». Il tutto senza dimenticare che l'idratazione inizia, prima di tutto, dall'interno. Le raccomandazioni basic ce le ricorda la nutrizionista Evelina Flachi: «Bisogna bere spesso, prima ancora di avvertire la sete, alternando acqua e centrifugati. Evitare invece bibite gassate e succhi conservati perché non rinfrescano». □

AL FRESCO
Occhi gonfi?
Ci vuole un
contorno occhi
specifico, che
funziona meglio
se tenuto in frigo.

A PROPOSITO DELLO STRESS

DIFFIDARE DI CHI LO TIRA SEMPRE IN BALLO. VESCICHE, CHE FARE?

● **Gentile dottoressa, sono un uomo di 40 anni e già da molto tempo soffro di lupus discoide (allergia al sole). La mia domanda è: oltre ai farmaci tradizionali da assumere tutti i giorni, ci sono prodotti naturali che li possono sostituire? Ed esiste la possibilità di guarire?**

Claudio, Milano

Non mi sembra questa la sede per cambiare le terapie che le ha prescritto il suo dermatologo. Quello che può fare è aggiungere integratori a base di vitamina E, e naturalmente proteggersi sempre dal sole con schermi totali.

● **Cara dottoressa Serri, sento spesso di persone che hanno avuto problemi alla pelle causati da stress. Come si risolvono quando non si ha la possibilità di "rallentare i ritmi"?**

Silvia

Cara Silvia, le confesso che l'ammonimento "abolire lo stress" mi ha sempre fatto sorridere, e talvolta arrabbiare. Il nostro organismo è programmato per rispondere adeguatamente agli stress che la vita ci propina in abbondanza. Il nostro corpo lancia campanelli di allarme (spesso attraverso l'organo pelle) solo quando lo stress è davvero eccessivo o quando si cronicizza per lunghi periodi di tempo. Che cosa fare in questi casi? Rafforzare il nostro organismo, per fare in

modo che diventi meno vulnerabile, e trovare i propri, personalissimi, "stress buffers" (tamponatori di stress). L'assunzione di magnesio è molto utile, ma anche un hobby gradevole, riservare del tempo a se stessi, lo sport, lo yoga, un corso di cucina o la musica possono risultare utili. Ma i più efficaci sono altri: amore, amicizia vera, possibilità di sfogarsi con qualcuno che ci capisce. Ho detto poco...

● **Cara dottoressa, sono reduce da un intervento chirurgico che ha lasciato una cicatrice abbastanza grossa. Come posso trattarla per farla "guarire" in poco tempo, senza che si creino degli ispessimenti? Ho programmato le vacanze al mare, devo usare una protezione totale o è sufficiente un filtro alto?**

Alessandra, Bologna

La protezione totale è indispensabile: la applichi spesso, ogni ora. E la sera, sulla cicatrice, applichi un gel o un cerotto di silicone (trova il tutto in farmacia).

● **D'estate mi vengono sempre le vesciche sui piedi. C'è chi dice che per farle guarire prima bisogna bucarle. È una vecchia credenza superata?**

Dani, Bg

No, funziona! Ma l'ago deve essere sterile e il foro deve essere minimo: non bisogna mai tagliare via la vescica!