

SILHOUETTE

Linea, bellezza, attualità, moda

solo
€ 2,00

DONNA

Anno 30 - numero 5 - maggio 2023 - P.I. 25/4/2023 - mensile

cellulite

METTILA
AL TAPPETO

capelli: torna
l'effetto bagnato

CORPO NUOVO IN ISTITUTO

15 TRATTAMENTI (+1)
SLIM&TONE

ORECCHIE

acido ialuronico
per restituire armonia

moda
TUTTE LE
DECLINAZIONI
DEL DENIM

LA DIETA che elimina I GRASSI NASCOSTI

DI FILIPPO ONGARO

-1 TAGLIA

in un mese

caviglie

come renderle
più sottili

NON
PERDERE
IL NUMERO
SPECIALE
SUPERDETOX
2 GIORNALI
A 2 EURO



PREVIENI i danni

Il cloro può seccare la cute e alterarne il film idrolipidico, cioè la barriera che ci protegge dalle aggressioni esterne, quali agenti atmosferici, germi e batteri. «Prima di entrare in piscina fai una doccia con acqua dolce, che verrà assorbita dalla pelle limitando la quantità di cloro che rimane intrappolata sui suoi strati più superficiali» commenta il dottor Nicolò Rivetti, dermatologo dell'Ambulatorio dell'Istituto Clinico Beato Matteo, Gruppo San Donato, a Vigevano (PV). Dopo la nuotata, fai un'altra doccia con un prodotto non schiumogeno, meglio se a base oleosa. Asciugati con cura e applica una crema idratante.



1 È senza agenti schiumogeni **Olio Detergente Terme di Comano** (shop. termecomano.it, 20 euro) **2** Contiene vitamina E **Spuma di Sciampagna Olio Corpo Nutriente Argan** (grande distribuzione, 5,39 euro) **3** Riequilibra la barriera idrolipidica **Seticrei Crema corpo pelli secche** (seticrei.it, 120 euro) **4** **Oh Mariju!** di Diego dalla Palma Milano rigenera con semi di cannabis sativa (profumeria,



COME PROTEGGERE la chioma

L'acqua clorata disidrata la chioma, soprattutto durante la bella stagione, quando è più esposta ai raggi del sole e alla salsedine del mare. «Il primo passo è **indossare una cuffia in silicone** che isola e protegge di più rispetto a quella in tela» conclude il dermatologo. Dopo l'allenamento, per nutrire, rimpolpare e revitalizzare, si a oli,

balsami e spray, addizionati con semi di lino, proteine del grano, olio di mandorla, ma anche pigmenti che preservano le chiome colorate. **L'asso nella manica sono le maschere**, soprattutto per capelli sfibrati: l'azione occlusiva del cosmetico consente di fare penetrare meglio gli attivi della formulazione.

S.O.S. anti-bruciori

Ecco alcune astuzie per evitare arrossamento, momentaneo annebbiamento della vista o sensazione di avere un corpo estraneo nell'occhio. «Il gesto più semplice è **indossare gli occhialini** e se gli occhi sono irritati dopo la nuotata vanno sciacquati da aperti sotto la doccia, quindi si possono utilizzare lacrime artificiali che puliscono, idratano e rendono il film lacrimale meno acido» conclude Gatta.

diegodallapalma.com, 39,90 euro)

5 **Link-D Bond Nourishing Dry Oil N.5** di Elgon protegge i capelli dalla disidratazione (elgoncosmetic.com, salone, 23 euro)

6 È con proteine idrolizzate di mandorla **Morphosis Sun Protective Spray&Leave-in** di Framesi (salone,

22 euro) **7** **Divina BLK Maschera Dopo-Sole**

Ristrutturante è per capelli ricci (erboristeria, profumeria, 18 euro) **8** **Districa e rafforza la fibra del capello** **Freshly Cosmetics Hair Radiance Keratin Spray** (Rinascente, freshlycosmetics.com, 19,95 euro).

9 **Rituals Elixir Collection Intense Nutrition Hair Mask** contiene latte di riso (profumeria, rituals.com, 17,90 euro).

Simona Lovati