

# ELLE

LIFESTYLE  
LEGNO  
E SPIRITO  
SELVATICO

TRAVEL  
SIZE

elle.it

FEBBRAIO 2014

€3,00



IN PRIMA  
PERSONA **ITALIA**  
"A PRANZO CON  
RUPERT EVERETT"

*Cherchez  
la femme*

KASIA SMUTNIAK

**20 donne**  
*che il mondo  
ci invidia*

## Tendenze

*Colore e purezza  
la nuova moda  
è già qui!*

## Amore per sempre

*Andare  
per agenzie  
matrimoniali a  
30-40-50 anni*

## Esclusivo

*Nella tribù  
cinese dove  
comanda lei*

## Psicologia

*Dagli Usa, come  
ricaricare  
la creatività*

## Costume

*Perché le nonne  
piacciono  
sempre di più*



## Quanti anni dimostra la tua pelle?

Gli studi realizzati in seguito alla mappatura del Dna rivelano che dal nostro patrimonio genetico dipende solo il 30 per cento del futuro della nostra pelle: tutto il resto è in funzione di come mangiamo, di cosa facciamo e pensiamo. Siamo noi a decidere quanti anni dimostreremo fra uno, due o tre decenni. Qui, un test per scoprire l'età del tuo viso.

**1 Se prendi la pelle del dorso della mano tra il pollice e l'indice, la tiri leggermente e poi rilasci. In quanto tempo torna al suo posto?**

- A** Immediatamente
- B** In meno di 3 secondi
- C** In più di 3 secondi

**2 Il tuo collo è**

- A** Liscio e senza alcun segno
- B** Con collane di Venere appena accennate
- C** Con collane di Venere ben presenti. Quando ruoti la testa, si formano delle grinzoline superficiali sulla pelle.

**3 D'inverno, l'incarnato del tuo viso è**

- A** Luminoso e omogeneo
- B** Grigiastro ma omogeneo e privo di discromie
- C** Grigiastro con discromie

**4 Hai macchie su viso, décolleté o mani?**

- A** No
- B** Mi sono venute delle macchie in viso dopo il parto.
- C** Sì, ho macchie sulle mani e/o sul viso e/o sul décolleté

**5 La texture della pelle del viso è**

- A** Omogenea alla vista e compatta al tatto
- B** Disomogenea: aree secche si alternano a zone con pori dilatati
- C** Poco compatta soprattutto sul contorno dell'ovale e nella zona di confine tra viso e collo

**6 In inverno la pelle del corpo è**

- A** Leggermente più secca che in estate
- B** Molto secca ma migliora se applichi l'idratante corpo dopo la doccia
- C** Molto secca e migliora solo se fai uno scrub settimanale e applichi l'idratante corpo tutti i giorni

### Maggioranza di risposte A

#### *Meno di 30 anni*

Indipendentemente dall'età anagrafica, la tua pelle è ancora giovane, tonica e luminosa. Fatti consigliare dal dermatologo per capire cosa è utile alla tua epidermide e per evitare prodotti sbagliati che, oltre a essere una spesa inutile, possono danneggiarne l'equilibrio nel tempo. Infine, non trascurare la relazione tra cute e stile di vita: se vuoi proteggere il tuo futuro dall'attacco dei radicali liberi evita la sedentarietà ma anche l'overdose di fitness.

### Maggioranza di risposte B

#### *Meno di 40 anni*

La tua pelle è ancora relativamente giovane ma presenta già inestetismi che si possono eliminare. Se hai macchie e hai avuto figli, è probabile si tratti di melasma gravidico, molto frequente anche nelle donne che assumono la pillola anticoncezionale. Compare sulla fronte o bilateralmente sugli zigomi (macchia a forma di farfalla) oppure sopra il labbro superiore. Si può eliminare con poche sedute di laser frazionato, che miglioreranno anche la tonicità della pelle. Contro le prime rughe, se fai della nostra dieta antiaging il tuo nuovo stile alimentare (la trovi nelle pagine che seguono), in poco tempo le vedrai regredire. E, se il medico lo ritiene opportuno, puoi sottoporli a sedute di biorivitalizzazione per prevenire la perdita di tonicità.

### Maggioranza di risposte C

#### *Più di 40 anni*

I segni del tempo rendono la tua epidermide bisognosa di cure appropriate. Oltre a seguire una dieta antiaging rivolgiti al dermatologo o al medico estetico per farti prescrivere gli integratori adatti ed eventualmente le creme cosmetiche preparate galenicamente per risolvere in modo mirato problemi di macchie, discromie e cedimenti cutanei. La tua fascia d'età biologica è quella migliore per effettuare trattamenti medico estetici poco invasivi ma utili a rigenerare l'epidermide in profondità e a riattivare funzionalità e difese: i tre must sono laser frazionato, luce pulsata e biorivitalizzazione.

Con la consulenza della dottoressa Anna Maria Veronesi, medico estetico





Soluzioni multitasking

1. Un soin che protegge, attenua rughe e difetti, ravvivando tutte le carnagioni: Capture Totale Dreamskin Soins Anti-Âge Global di **Dior** (102,70 euro).
2. Versatile, perfeziona il teint di ogni fototipo: Dreamtone Correcteur Taches Intégral di **Lancôme** (115,50 euro).
3. Emolliente, nutre, lenisce, disseta, leviga, uniforma e tonifica viso e collo. Per pelli molto secche: Premier Cru La Crème Riche di **Caudalie** (100 euro, in farmacia).
4. Rigenera e leviga le pelli miste e grasse: Idratante Prodigirosa 24H Crema-Sorbetto Fresca di **Garnier** (6,99 euro).
5. Trasformista, distende anche le rughe verticali per ridefinire i tratti. Ideale per pelli sensibili: Liftactiv Advanced Filler di **Vichy** (39,32 euro, in farmacia).
6. Ristruttura i tessuti e attenua le rughe: Le Lift Crème Fine di **Chanel** (107 euro).
7. Ripara, idrata, rassoda e protegge la cute dalle aggressioni ambientali. Per pelli secche: Cellular Swiss Ice Crystal Cream di **La Prairie** (262 euro).
8. Rafforza la barriera cutanea rendendo l'epidermide più resistente agli stress: Superdefense Spf 20 di **Clinique** (53,40 euro).
9. Idrata per 24 ore, leviga i pori e affina la grana: Skin Perfection Trattamento Idratante Correttore Pelle Perfetta di **Oréal Paris** (12,99 euro).
10. Un booster d'idratazione. Per pelli normali e secche: Crème Désaltérante Multi-Hydratante di **Clarins** (41,40 euro).

La medicina della bellezza

**Quando rivolgersi al medico estetico?**  
 «Prima che i segni dell'invecchiamento siano evidenti», spiega la dottoressa Veronesi. «L'investimento più intelligente è la prevenzione. Per rallentare la comparsa di rughe sono utili la bio rivitalizzazione con acido ialuronico, aminoacidi, vitamine e la fotobiomodulazione con luce LED che stimola i fibroblasti a produrre più collagene» (da 60 euro a seduta, [www.thermalift.it](http://www.thermalift.it)). «Sconsigliato invece il botox prima dei 35 anni». Esistono situazioni dove il medico estetico ha un ruolo risolutivo. Ad esempio, per migliorare la grana della pelle, con 3 sedute di PRX (una ogni 10

giorni) si ottiene l'effetto di un peeling senza produrre esfoliazione. Costo: 150 euro a seduta. Per inf.: [ringiovanimentoglobale.it](http://ringiovanimentoglobale.it). Oppure eliminare il melasma, cioè le macchie che si formano sul viso se si assume la pillola anticoncezionale (o dopo il parto). Cancellarle è possibile con 2-4 sedute di luce pulsata. Costo: da 200 euro a seduta, [www.centroreginagiovanna.it](http://www.centroreginagiovanna.it). Curare l'acne ed eliminare le smagliature. Con 3-5 sedute di laser frazionato si cancellano anche le mini cicatrici da acne e le smagliature. Costo: da 300 euro a seduta, [www.poliambulatoribrescia.it](http://www.poliambulatoribrescia.it).



