

Notes - Bellezza

TECNICHE DI BASE

È il momento di pensare alle tue mani

di Laura D'Orsi

Le hai trascurate, in questi mesi? Hai giusto il tempo per rimediare ai danni e presentarle alla nuova stagione in forma perfetta

Saranno protagoniste e a portata di sguardi, complici le handbags, le borse più glamour della prossima stagione: bauletti, pochette e clutch impongono mani impeccabili. Segui i nostri consigli e le avrai... a prova di borsetta.

Detergi e purifica

«Utilizza sempre un detergente molto delicato, evitando l'acqua troppo calda che tende a seccare la pelle», dice la dermatologa **Magda Belmontesi**. «Vanno benissimo saponi leggermente acidi (pH 5,5) o neutri, come quelli indicati per l'igiene dei bebè. Una buona abitudine, poi, è quella di applicare una crema idratante dopo ogni lavaggio». Una o due volte alla settimana una maschera nutriente assicura invece un'azione emolliente e riparatrice. Puoi usare anche le



versioni con i guanti già impregnati di prodotto, in genere a base di burri vegetali come il karité e l'avocado. Per levigare ma anche per schiarire la carnagione, si a uno scrub settimanale, da eseguire con delicati movimenti circolari. Acquista un gommage per le mani o per il viso o, in alternativa, sperimenta il fai da te. Per esempio, prova il classico mix a base d'olio di mandorle (o di oliva) e sale fino. Garantisce una duplice azione: elimina le cellule morte e nutre in profondità.

Fai un massaggio ad hoc

Almeno una volta al giorno dedica alle mani una cura speciale, come suggerisce Jin Soon, titolare di una hand&foot Spa a Manhattan, molto amata dalle celeb. Procedi così: applica un po' di crema nutriente sul palmo di una mano e massaggia con il pollice dell'altra, dal polso verso la base di ogni dito, eseguendo piccoli cerchi. Subito dopo passa al dorso ed esegui frizioni decise e lunghe dalla base delle dita verso il polso, usando le dita dell'altra mano come →

Notes - Bellezza

Scelti da Starbene



① IL PRODOTTO ANTIMACCHIE
 Con micro-collagene vettorizzato e schermo solare.
Crema mani e unghie 5 Expertises Spf 15 di Resultime, 19,90 €, 50 ml, in farmacia e parafarmacia.



② LA CREMA CUTICOLE
 Arricchita con olio di albicocca.
Cuticle Massage Cream di Sally Hansen, 7,90 €, da settembre, da Tigotà e Esselunga.



③ IL GEL PURIFICANTE
 Da tenere sempre in borsa o nel cassetto dell'ufficio: idrata, purifica, profuma.
Gel purifiant Mains & Ongles Fleur de Figuier di Roger & Gallet, 6,90 €, 30 ml, in farmacia.

→ fossero un pettine. Quindi, iniziando dal pollice, afferra ogni dito e scorri fino alla punta, come se dovessi sfilarti i guanti, ripetendo per tre volte. Infine strofina i palmi e sfrega le mani tra loro, per dare una sferzata alla circolazione.

Schiarisci le macchie

Contro le macchie cutanee, la strategia vincente è prevenirle, o intervenire appena compaiono, per avere maggiori probabilità di eliminarle o renderle meno evidenti. I cosmetici schiaranti contengono in genere vitamina C, esfoliante, e acido cogico oppure estratti di liquirizia o di uva ursina, che favoriscono il riassorbimento della melanina. Le macchie, infatti, sono dovute al fatto che le cellule cutanee non riescono a smaltire gli eccessi di pigmento, che resta così in superficie. «Inoltre è fondamentale proteggere la pelle, tutto l'anno, con un filtro solare non inferiore a 15: anche i raggi Uv più blandi possono favorire la comparsa di nuove chiazze e l'accentuarsi di quelle che ci sono già» raccomanda la dermatologa.

Metti una goccia di top coat sulla punta dell'unghia, nella parte interna: lo smalto durerà più a lungo.

Cura le unghie

Per una manicure a regola d'arte, lo smalto è l'ultimo step. Per avere unghie resistenti e flessibili devi trattarle come fai con la pelle: idratarle e nutrirle con creme e oli specifici. Se le unghie sono ingiallite, per esempio a causa della nicotina o del cloro della piscina, puoi provare un trattamento sbiancante, utilizzando le apposite pastiglie da far sciogliere in acqua: basta immergere le mani per dieci minuti circa, in modo che l'ossigeno che si produce possa reagire con la superficie dell'unghia. Se invece ci sono striature verticali sulla superficie puoi ricorrere al buffer, la lima a più facce. Il lato più ruvido serve soltanto a regolare le punte, mentre quelli a ruvidità decrescente

(in alcuni casi si arriva fino a cinque livelli) levigano e lucidano tutta la superficie. Scegli lime di qualità, e sostituiscile spesso perché si usurano facilmente.

Colora da professionista

Accorcia le pellicine con un tronchesino, se sono molto lunghe, e poi spingile verso la base con un bastoncino di legno d'arancio. Per dare la forma alle unghie usa una lima di cartone o di vetro, non di ferro (troppo aggressiva) muovendola dagli angoli esterni verso il centro. La lunghezza ideale? Medio-corta, tenendo presente che è ritornata di moda la forma squadrata. Prima dello smalto stendi sempre una base, meglio se curativa: oltre a proteggere l'unghia, evita che gli smalti scuri la macchino. Dopo le due passate di lacca, usa il top coat, ricordando di metterne un goccia anche sulla punta dell'unghia, nella parte interna. È un segreto da esperta: sigilli meglio la vernice e la manicure dura di più. Il top coat lo puoi applicare anche ogni due o tre giorni, per ridare brillantezza allo smalto.