

SETTIMANALE

NUOVO

€ 1,00 (in Italia)

DIETE Quanto puoi perdere con la iperproteica

Anno IV - n. 7 - 19 febbraio 2015 CAIRO EDITORE

Che sorpresa per Ornella Muti

SUA FIGLIA NAIKE AMA UNA RAGAZZA

ESCLUSIVO!

A forza di litigi tra la Ventura e Mara...

SALTANO LE NOZZE DI SIMONA CON GERO', FIGLIASTRO DELLA VENIER

FLAVIA VENTO CONTRO IL PORNODIVO

ROCCO, VADE RETRO
«Usi le donne come oggetti, sei un pessimo esempio»

VIOLETTA
«Se ho successo è merito della mia solida famiglia»

Al ristorante LA MARCUZZI PORTA VIA LA CENA PER IL CANE

La Hunziker metterà al mondo la terzogenita tra poche settimane, però ha già avvertito il marito...

MICHELLE NON SI FERMA: DOPO TRE FEMMINE, VUOLE IL MASCHIETTO!

50.007>

9 772279 684007

BEAUTY Non è sempre necessario andare dal parrucchiere per sfoggiare una

FAI RISPLENDERE LA TUA CHIOMA: PER OGNI

Hai la forfora? Usa uno shampoo contro prurito e desquamazione.



La nostra chioma ha continuo bisogno di attenzioni per essere sempre lucida, forte e sana. In questa stagione ancora di più perché le temperature rigide non aiutano. Ma non preoccuparti,

a tutto c'è una soluzione: con i prodotti mirati, adatti alle tue esigenze, potrai contrastare i problemi stagionali e non solo.

✓ **Anche a tavola puoi rinforzarli** Attenta anche a ciò che porti in tavola,

perché un'alimentazione adeguata è il primo passo per avere capelli in salute. Fai il pieno di vitamine per rinforzarli, proteine per aiutarne la crescita, latte e uova per prevenirne la caduta.

«Dopo la doccia perdo sempre tanti capelli»

Scegli un trattamento intensivo, che rinforzi la struttura del capello, contrastandone la caduta temporanea.



Tra le cause del problema ci sono stress, ansia e alimentazione. Non stressare i capelli: evita l'utilizzo di piastre e ferri, tieni il phon a una distanza di almeno 20 centimetri e a temperatura media. Prediligi cibi ricchi di vitamina A (uova, vegetali gialli), vitamina B (cereali) e vitamina C (verdura e frutta fresca).

✓ Gli isoflavoni di soia aumentano collagene ed elastina, biotina e calcio nutrono. SincroBiogenina, Bioscalin, 10 fiale, € 51,95.

«La decolorazione ha seccato le mie ciocche»

Nutrirli in profondità: scegli una maschera capace di ristrutturare le lunghezze e idratare la fibra capillare.



Il capello, privo del suo pigmento, è fragile e soggetto agli attacchi di agenti esterni. Importante è averne cura costante: durante la doccia massaggia la cute con uno shampoo delicato, poi passa al balsamo ristrutturante, d'obbligo, se hai i capelli aridi. Dopo aver applicato una maschera nutriente, districa le lunghezze con un pettine a denti larghi.

✓ Grazie ai ceramidi, i capelli sono idratati, lucenti e facili da pettinare. Maschera Super Nutriente, Biopoint, 250 ml, € 8,90.

74 NUOVO

A cura di Chiara Canavero - Testi di Giulia Nori

hairdo. by HAIR U WEAR®

capigliatura morbida e forte: basta affidarsi a qualche semplice astuzia fai-da-te

PROBLEMA ECCO LA SOLUZIONE PIÙ EFFICACE

Se le lunghezze si spezzano sigillale con sieri protettivi e riparatori

«Aiuto, sembra un riccio!
Ho i capelli gonfi e crespi»

Ti serve un prodotto lisciante per proteggere i capelli dal calore di phon e piastre e per mantenerli in piega.



Per il lavaggio scegli shampoo e balsamo anti-crespo. Importante è l'asciugatura: procedi con phon e spazzola, ciocca per ciocca. Asciugali partendo dall'alto, senza soffermarti troppo sulla stessa zona. Puoi utilizzare anche la piastra ma ricorda di non abusarne o otterrai l'effetto contrario! Fissa con un prodotto lisciante.

✓ Uno spray per domare la chioma ribelle, anche se il clima è umido. Trattamento stiratura immediata, Collistar, 100 ml, € 22,00.

«I capelli bianchi
spengono il mio viso»

Opta per una tintura fai-da-te, dalla formulazione non aggressiva e con ingredienti naturali.



Procurati una tinta fai-da-te al supermercato, una mantellina di plastica e guanti in lattice. Stendi un po' di crema idratante attorno all'attaccatura dei capelli, per evitare di sporcare la pelle. Dividi la chioma in ciocche e fissale. Inizia a stendere il colore solo sulle radici, aspetta dieci minuti, passa poi alle lunghezze. Infine lavi come d'abitudine.

✓ Formula senza ammoniaca, arricchita con nettare floreale, per nutrire e rendere i capelli più morbidi. Nectra Color, Testanera, € 8,99.

«Ho la forfora, ed è un
problema imbarazzante»

È importante essere costanti. Opta per uno shampoo specifico da utilizzare quotidianamente o a giorni alterni.



Quando il cuoio capelluto si desquama, la pelle morta cade sulle spalle. Non preoccuparti, perché con costanza puoi risolvere il problema. Innanzitutto devi dire addio a lacca, gel, spuma e cera: lava i capelli con acqua tiepida con prodotti specifici e asciugali con aria tiepida, perché troppo calore stimolerebbe le ghiandole sebacee.

✓ Shampoo con pepe nero e legno della Guyana contrasta forfora e prurito. Phytosquam Intense, Phyto, 100 ml, € 15,90.

«Le radici sono perfette,
ma le punte un disastro»

Scegli un siero riparatore specifico, da utilizzare sui capelli asciutti per proteggerli e sigillare le cuticole.



Spesso non basta solo tagliare qualche centimetro dalle lunghezze, bisogna anche prevenire la comparsa delle doppie punte. Applica una maschera nutriente per rafforzare e idratare. Scegli spazzole dalle setole naturali e, prima di passare all'asciugatura, proteggi i capelli con sieri e prodotti capaci di sigillare le punte.

✓ Ripara i capelli danneggiati e le doppie punte. Non si risciacqua. Siero Protezione Doppie Punte, Pantene, 75 ml, € 6,99.

Il consiglio in più

EXTRA NUTRIMENTO CONTRO IL FREDDO

In inverno vento e smog sono tra le principali cause di capelli sciupati e secchi. In questa stagione le temperature rigide sono la causa di una vasocostrizione di tutto il corpo, dalle mani ai piedi, fino alla chioma. Ciò non permette il giusto nutrimento delle lunghezze. Ti servono trattamenti extra ricchi.

✓ Shampoo all'olio di rosmarino, contrasta la fragilità dei capelli, rafforzandone la fibra, dalla radice alle punte.

Pure Force, L'Oréal, 250 ml, € 7,99.



NUOVO 75



Facile da applicare

Comincia da uno stile di vita sano ed equilibrato, a tavola scegli cibi ricchi di vitamine e acidi grassi, come frutta, verdura, cereali e salmone. Se il problema ti crea disagio opta per l'infoltimento naturale, puoi usare le extension: in commercio ne esistono di ottima qualità con colori simili al tuo per un risultato naturale che passa inosservato.

✓ Extension in fibra sintetica con clips, disponibili in diversi colori, lisci oppure mossi. Extension modellabile, Hairdo, € 99,90.