

TRUQUES ANTICALOR PARA NÃO DERRETER O MAKE

PENSE LEVE

ANO 17 | Nº 198 | R\$ 7,90 | DEZEMBRO 2008

**SUPERGELATINA
ATIVAR!**

-6kg
em 1 mês

Com essa DIETA REFRESCANTE ainda dá tempo de diminuir o manequim e desfilas na praia sem pânico

Beleza

aos 20, 30, 40 e 50

Você **(PODEROSA!)** como Grazi Massafera, Christine Fernandes, Claudia Raia e Ana Maria Braga

**BUMBUM
DE CARIOCA,
EU QUERO!**

Livre-se já da canga com tratamentos que prometem resultados em tempo recorde

FOMOS INVESTIGAR!

**ESQUEMA
TÁTICO**

para festas

- Salve a barriga zerada e celebre o Natal e Réveillon com segurança máxima
- Brindes sem vacilos, vinho branco ou prosecco?



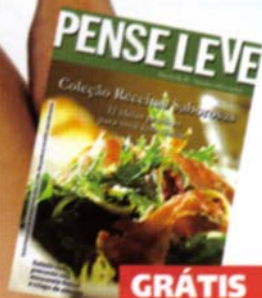
Roberta Gualda

Hora da virada!
A "Greice" de
A Favorita
em versão
IM-PE-CÁ-VEL

Manual
VERÃO
2009

**FILTRE
O MELHOR
DO SOL!**

68
produtos
especiais
+ soluções
de bronze
a jato



GRÁTIS
LIVRINHO DE RECEITAS





Foto João Miguel Junior/Divulgação TV Globo

Estilo praiano *super in!*

Quer ter o mesmo visual supercomentado da Suzana, personagem de **Carolina Dieckmann**, na novela *Três Irmãs*, da Rede Globo? Então, fique ligada nas dicas dos bambambãs da área para não ter erro e fazer bonito no verão.

1 "A principal técnica para o visual dela é o clareamento com mechas bem carregadas. A raiz é apagada com fundo mais escuro, o que acentua esse *look* de verão, bem despojado. Os retoques devem ser com mechas suaves. Nesta estação, os tons de areia e *marshmallow* estão em alta. A técnica é muito importante, não abro mão da irregularidade das mechas!"

Wanderley Nunes, Studio W

2 "No cabelo da Dieckmann, são trabalhadas mechas californianas. A técnica consiste em colorir e clarear as pontas dos cabelos. Uma dica legal é mesclar várias tonalidades de loiro. Cabelos com tons claros e dourados estão em alta neste verão. Faixas coloridas com cores alegres também são umas das apostas para quem quer investir em visual com cara de praia"

Erika Sayuri, Soho Hair International

3 "A cor do cabelo é um loiro-manteiga com mechas fininhas descoloridas por cima. É um visual '*golden surfing girl*', repicado do queixo para baixo. A raiz mais escura é fundamental para deixar o visual com cara das surfistas da Califórnia, mas vale lembrar que a cor natural do cabelo dela é um loiro acinzentado, assim, combina com o *look*."

Marco Antônio de Biaggi, MG Hair Design

Jovem aos 20,

Acompanhe o esquema de ataque em cada faixa etária contra as maldades do tempo e se orgulhe de exibir o mesmo *look* de uma celebridade da TV

por Patrícia Monteiro

O desejo de se manter eternamente jovem não é novidade. Quem não se lembra da pedra filosofal, fonte da juventude e elixir da longa vida dos contos de ficção? Todos serviram de inspiração para a indústria cosmética que, com invenções incríveis, dá aquela força para que nós, mulheres, enfrentemos as rasteiras do tempo. "O envelhecimento da pele devido à idade acontece de forma mais suave, lenta e gradual, levando a alterações estéticas pequenas. Por outro lado, a exposição solar é responsável pelo surgimento de rugas intensas, engrossamento da pele, manchas e até mesmo câncer", explica a dermatologista Ana Cristina Fasanella, membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD). Portanto, seja esperta e entenda o quanto antes as mudanças que surgirão com o avanço da idade. Assim, você consegue frear os efeitos negativos!

+ 20 anos



Foto Frederico Busch/Divulgação TV Globo

Na faixa etária da impecável **Grazi Massafera**, a pele tende a ser mais oleosa e podem, sim, surgir as indesejadas espinhas. Os primeiros sinais do tempo também começam a aparecer, marcas bem fininhas, principalmente ao redor dos olhos e boca. "A pele é firme, mas a partir dos 25 anos começa a perder, em média, 1% da produção de colágeno, proteína de sustentação da derme. E caso haja intensa exposição solar, esse processo fica acelerado", esclarece a dermatologista Ana Cristina Fasanella.

Fonte da juventude

Os tratamentos nessa idade priorizam a prevenção do envelhecimento. O rosto precisa de limpeza intensa, no mínimo duas vezes ao dia, com produtos que regulem a oleosidade. Um esfoliante com grânulos deve ser usado nas áreas com cravos semanalmente. "Se usar maquiagem, deve-se removê-la com demaquilante antes de lavar a face", orienta a especialista. Durante o dia, é fundamental protetor solar com hidratação, e à noite hidratante antioleosidade.



Deep Clean, demaquilante para uso diário para peles mistas a oleosas, **Neutrogena**. R\$ 19,90

Gel-creme controle de brilho, com micropartículas que absorvem a oleosidade, **Biodolce**. R\$ 28

Chronos Renovação Celular 25+ FPS 15, contra a ação dos radicais livres e antisinais, **Natura**. R\$ 48,80

30, 40 e 50 anos

+ 30 anos



"A herança genética e hábitos de vida saudável, como boa alimentação, exposição solar moderada e prática de atividades físicas, além de não fumar, podem refletir em uma pele semelhante à que se tinha aos 20 anos", é o que afirma a dermatologista para quem deseja ter o lindo rostinho da atriz **Christine Fernandes!** Nessa fase, surgem na maioria das mulheres as primeiras rugas finas ao redor dos olhos, testa e no sulco entre os lábios e as bochechas. Além de sinais de flacidez na face e manchas acastanhadas em forma de sardas ou maiores, como o melasma, que podem surgir principalmente após a gestação.

Fonte da juventude

"A pele continua exigindo limpeza e proteção solar, mas com renovação celular suave e atenção especial à área dos olhos", indica a dermatologista. Dentre os tratamentos recomendados, a toxina botulínica é mesmo o campeão, que em poucos dias suaviza ruguinhas da testa, entre as sobrancelhas, em volta da boca e pés-de-galinha.



Renew Luminosity, creme facial clareador e iluminador da pele, **Avon**. R\$ 50
Lissant Contour Leves, combate e apaga as rugas ao redor dos lábios, **Matis Paris**. R\$ 110
Água Termal Facial Artisinalis, tonifica, hidrata e atenua as marcas de expressão, **Emily Cochrane**. R\$ 120

+ 40 anos



Não tem jeito, nesse período as marcas do tempo são bem notadas, com linhas de expressão e rugas acentuadas. "Há uma diminuição do número de fibroblastos, responsáveis pela produção das fibras colágenas e elásticas e, conseqüentemente, a pele vai perdendo a elasticidade, espessura e resistência", explica Ana Cristina. A queda natural na produção de hormônios traz, ainda, mais prejuízo às funções da pele, na faixa etária da poderosa **Claudia Raia**.

Fonte da juventude

"Mais uma vez, a pele precisa de limpeza e proteção solar, mas agora com renovação celular intensa e atenção especial à área dos olhos, contorno facial e pescoço", comenta a especialista da SBD. Como opções de tratamento, estão a luz pulsada para rejuvenescimento, clareamento de manchas, retirada de vasos finos da face e olheiras, e os *peelings* químicos, à base de ácido retinóico ou salicílico, que promovem a descamação das camadas superficiais da pele e estimulam a produção de colágeno.



Exigence Creme, firma, repara e reestrutura a pele, proporcionando efeito lifting ao rosto, **Payot**. R\$ 42
Redermic Eyes, creme diário de preenchimento anti-rugas na região dos olhos, **La Roche-Posay**. R\$ 110,20
Décolleté and Neck Concentrate, específico para combater marcas e rugas no pescoço e colo, **Clarins**. R\$ 363

+ 50 anos



Na fase da apresentadora **Ana Maria Braga**, os sinais malvados do tempo estão mais expostos. Rugas aparentes e perda da elasticidade dão mesmo as caras. A pele se torna mais fina e desidratada — a meta, portanto, é se esquivar de tudo isso como a Ana! "Existem pesquisas que demonstram haver perda gradual de 2,15% de colágeno ao ano nessa fase", comenta a dermatologista. Um perigo só, não? Até porque as marcas não ficam apenas pelo rosto, mas atingem inclusive a textura e tonalidade das mãos.

Fonte da juventude

As necessidades continuam as mesmas: limpeza, proteção solar, hidratação com renovação celular bastante intensa e atenção superespecial para as áreas dos olhos, contorno facial e pescoço. A diferença está na aposta de formulações mais potentes e dedicação extra para utilizar religiosamente os produtos. Para garantir recuperação do aspecto natural da pele, uma boa alternativa é o preenchimento com substâncias como o ácido hialurônico, que são injetadas sob as rugas, sulcos e cicatrizes para suavizá-los ou até eliminá-los.



Soin Jeunesse Mains Immortelle, clareador para as mãos que regula a produção de melanina, **L'Occitane**. R\$ 79
Radically no Surgetics, corrige radicalmente rugas, flacidez e perda da luminosidade, **Givenchy**. R\$ 230
Sérum Facial Crono Reversor, regenera as fibras de colágeno e elastina e proporciona "efeito Cinderela", **Racco**. R\$ 119