

La prima rivista italiana per le donne in dolce attesa

# 9mesi

www.9mesimagazine.it

Nove Mesi#162  
Bimestrale  
Febbraio/  
Marzo 2021  
3,90 euro

## 9 MESI DI benessere a 360°

- **BELLEZZA:** MIELE, ALLEATO DI PELLE E CAPELLI
- **SESSUALITÀ:** È TEMPO DI SPERIMENTARE
- **ALIMENTAZIONE:** IL CIBO PER IL CORPO CHE CAMBIA

### VACCINO ANTI-COVID: LO FAGGIO OPPURE NO?

La parola agli esperti

### L'ostetrica risponde MASSAGGIO DEL PERINEO

Per un parto consapevole  
e meno doloroso

### LE MAMME SI RACCONTANO:

- "Lavoratrice a tempo pieno, due bimbi e l'amore per i social"
- "Di nuovo in sala parto... cambiando prospettiva!"

### Benvenuto bebè

L'importanza del **gioco**  
per scoprire il mondo

Guida all'acquisto  
**SPECIALE  
PAPPA**  
Seggioloni  
e accessori  
per pasti felici

salute  
Come prevenire  
la sensibilità  
dei denti in  
gravidanza

Psicologia

**Sindrome  
della capanna**  
Come riconoscerla  
e superarla



LUNASIA EDIZIONI

Prima immisione 05/02/2021



**6** Contiene oli biologici di semi e di frutta che nutrono e idratano a fondo le pelli più secche. **Beauty Facial Oil** è perfetto per chi ama massaggiare il viso quotidianamente. In esclusiva su [douglas.it](http://douglas.it). **Honest Beauty**, 36,95 euro

**7** **Silymarin CF** migliora la texture delle pelli impure e ripristina la luminosità, riducendo il sebo in eccesso grazie a un mix di acido L-Ascorbico, acido salicilico e acido ferulico, che ottimizza le performance della vitamina C. In farmacia e su [skinceutical.it](http://skinceutical.it). **Skin Ceutical**, 157 euro



**8** Indicata per le pelli molto secche e stressate. **Sos Rich Hydra Barrier CICA Cream** è un vero trattamento d'urto a base di estratti naturali, come l'estratto lenitivo di Centella Asiatica (CICA), capaci di ripristinare la barriera cutanea restituendo comfort ed equilibrio. **Madara**, 36 euro



**9** Ne bastano poche gocce prima di andare a dormire. Con essenze botaniche e oli essenziali ricavati dai fiori alpini, **Olio Rigenerante Notte** rende la pelle morbida ed elastica, restituendo anche tono e compattezza. In farmacia. **Dolomia**, 46 euro



**10** **Honey Balm** è un vero e proprio balsamo con miele e lavanda che lenisce e rilassa le pelli stressate. La curcuma poi minimizza l'aspetto delle imperfezioni, mentre la vitamina B3, la niacinamide, riduce i pori e contrasta la pelle spenta illuminandola istantaneamente. Da Sephora. **Wishful**, 49 euro