

Eva CUCINA

MENSILE
ANNO X
N. 1
GENNAIO
DATA USCITA
30.12.20

solo
€1⁹⁹

oltre
100
RICETTE
& CONSIGLI

Piatti leggeri
e profumati



ricette consigli salute bellezza

SPECIALE RICETTE
AL CARTOCCIO

Selezionati per voi

FILENI
È NATURALE,
È BUONO



IN REGALO
IL CALENDARIO
2021



Inserto da staccare
e conservare

In forma è meglio
Lo sport ideale
segno per segno

**Bellezza e
make up**
Addio alle
antiestetiche macchie
sulla pelle

Cibi e salute
Come rendere felice
l'intestino



LE STELLE IN CUCINA 2021
IL GUSTO E IL PIACERE DELLA ZODIACA

Piatti irresistibili

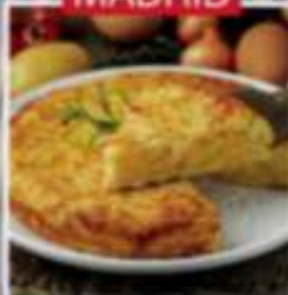
Idee gustose anche per celiaci,
dall'antipasto al dolce

CIPOLLE



Ottime protagoniste
per stupire i vostri
palati e i vostri ospiti

MADRID



Città ricca di storia,
arte e cultura anche
nella gastronomia

CIOCCOLATO



Non si può resistere
al richiamo di tanta
colosità e sensualità





Uno dei segni più fastidiosi dell'età è la comparsa di piccole macchie brune, soprattutto sul viso. Ma il problema colpisce anche donne più giovani e le cause possono essere diverse. Scopriamo insieme...

COME DIRE ADDIO
ALLE ANTIESTETICHE

macchie sulla pelle

Avere la pelle perfetta è l'aspirazione di tutte le donne. Anche se la natura non ci ha fatto questo regalo, per fortuna la cosmetica ci aiuta. Uno degli insettismi più fastidiosi sono le **macchie** e le **dis Cromie cutanee**. Sono un indicatore dell'avanzare dell'età ancora più evidente delle rughe. Si tratta di affezioni legate all'alterazione della pigmentazione melanica (o incremento anomalo della melanina). *Costituito da macchie marroni dai bordi ben definiti, il melasma si presenta soprattutto sul viso, sul collo e sulle mani, ossia sulle parti del corpo maggiormente esposte al sole. Tali macchie sono provocate da un aumento della concentrazione di melanina. A innescare il processo di melanogenesi sono diversi fattori: ormoni, farmaci, infezioni, processi infiammatori e, soprattutto, l'esposizione ai raggi solari senza un'adeguata protezione. Il melasma, che colpisce soprattutto le donne, interessa circa sei milioni di persone in Italia", afferma il professor Fabio Rinaldi, specialista in dermatologia e direttore del laboratorio di ricerca HMAP di Giuliani.* Tra le cause anche particolari cure ormonali o utilizzo di farmaci foto-sensibilizzanti come quelli per curare l'acne o laser terapia protratte nel tempo. Ne sono colpite il 40% delle donne tra i 50 e i 59 anni ma è una preoccupazione che riguarda anche donne più giovani e gli uomini che, nella maggior parte dei casi, tendono però a minimizzare il problema. In ogni caso le dis Cromie cutanee localizzate sulle aree foto-esposte (viso, collo, scollatura, dorso delle mani) affliggono tutti, uomini e donne.



4) MOSSA COSMETICS: Glow Cocktail siero illuminante Schiarente Anti-Macchie con estratto di lampone artico, melacotogna e acido ialuronico. Dona una carnagione più luminosa e levigata, migliora la consistenza della pelle e riduce la comparsa di macchie causate da invecchiamento, esposizione al sole e stress ambientali. 25ml a € 15 www.giadadistributions.com