equì Magazine

equiparafarmacie.it

APRILE 2017

ARIA DI PRIMAVERA, LA TUA PELLE È PRONTA?

4 SEMPLICI GESTI PER RISVEGLIARLA

ESFOLIARE
DRENARE
IDRATARE
CORREGGERE

SCOPRI LE 4 SETTIMANE DI SUPER CONVENIENZA!

EVENTI DEL MESE

LA TUA DEPURAZIONE DI PRIMAVERA!

RIMODELLA IL TUO CORPO PER SCOPRIRE LA SUA BELLEZZA!

VOGLIA DI USCIRE? FAI ATTIVITÀ E SPORT ALL'ARIA APERTA

DRENA L'ORGANISMO PER LIBERARTI DA LIQUIDI E TOSSINE

SCOPRI LE PROMOZIONI!

equì
equiparafarmacie.it
Magazine

APRILE

1 **ESFOLIARE**
Rinnovare la tua pelle

3 **LA TUA DEPURAZIONE DI PRIMAVERA**

5 **DRENARE**
La prova costume?

7 **RIMODELLA IL TUO CORPO**

9 **IDRATARE**
No alla pelle secca!

11 FAI ATTIVITÀ ALL'ARIA APERTA!

13 CORREGGERE
Ritarda la comparsa dei segni del tempo

15 DRENA L'ORGANISMO

ESFOLIARE

La pelle del corpo ha bisogno di rinnovarsi ed essere tonificata periodicamente: l'esfoliazione è una tecnica che consente di rimuovere lo strato superficiale, in particolare le cellule morte e le impurità (polvere e particelle inquinanti).
Favorendo il rinnovamento cellulare e la liberazione dei pori, l'esfoliazione ha effetto ossigenante e supporta il sistema linfatico nell'eliminazione delle tossine dell'organismo. In più, stimola la circolazione sanguigna e migliora l'assorbimento del prodotto idratante e, soprattutto in questo periodo, autoabbronzante, per un risultato più uniforme.
Infine, esfoliare le gambe, che dopo saranno più toniche, previene la formazione di peli incarniti, aspetto fastidioso correlato alla depilazione. Per il corpo è efficace l'esfoliazione meccanica con uno scrub: un prodotto che contiene delle particelle abrasive sospese in un fluido denso, che consente il massaggio.
Non bisogna esagerare con la pressione, che può danneggiare la pelle se sensibile, ma è ideale prolungare lo scrub nel tempo per un maggior effetto levigante. In caso di secchezza lo scrub permette di ritrovare una pelle liscia, pulita ed uniforme, pronta a essere nutrita. Come si esegue lo scrub e con quale frequenza?
Inumidisci la pelle con acqua tiepida rimanendo sotto la doccia per qualche minuto. Massaggia lo scrub strofinandolo sulla pelle bagnata con movimenti circolari, infine risciacqua. Sulle gambe ricorda di far scorrere dell'acqua fredda per tonificarle.
Si esegue una o due volte la settimana per non aggredire troppo la pelle ed assottigliarla. Si possono eseguire anche due scrub la settimana sulle zone come gomiti e ginocchia, più soggette a ispessimenti.

ESFOLIA!

Esfolia il tuo corpo con Gommage Sensoriel ai 3 fiori bianchi di Lierac, uno scrub dalla texture gel-olio, che si trasforma in un latte delicato a contatto con la pelle umida. Le particelle esfolianti sono di derivazione naturale (zucchero, noccioli di pesca, baccelli di vaniglia), così come la componente fluida (olio di nocciola, olio di mandorla dolce, olio di semi d'uva, olio d'argan), che apporta nutrimento alla pelle. Massaggia questo scrub sulla pelle umida per un'esfoliazione delicata, per le zone ispessite esegui il massaggio direttamente sulla pelle secca. Lascia la pelle rivitalizzata, tonificata e morbida grazie alla consistenza ricca e avvolge il tuo corpo nella fragranza dalle note sensuali con i 3 fiori bianchi. Subito dopo, la pelle vuole solo ricevere il suo trattamento!

AZIONI COMPLEMENTARI!

DRENA! Applica su gambe, glutei, seno e décolleté Body detox di Laboratoires Filorga, una mousse con effetto drenante, esfoliante, detossificante e nutriente. Grazie ad acido glicolico, burro di karitè, una miscela poli-rivitalizzante, acido ialuronico ed estratti vegetali, contrasta le irregolarità della pelle dovute a secchezza e ritenzione idrica.
Si assorbe istantaneamente per lasciare la pelle luminosa e purificata!

LISCIA! Non trascurare i piedi e rimuovi gli ispessimenti con Velvet Smooth Wet & Dry roll ricaricabile di Scholl, una lima professionale elettrica resistente all'acqua, che può essere usata per la pedicure sia su pelle asciutta che bagnata. Rimuovi la pelle indurita e le zone callose prima dell'estate grazie alla testina abrasiva con cristalli di diamante e avrai piedi morbidi e lisci!

LA TUA DEPURAZIONE DI PRIMAVERA

Nel cambio di stagione l'organismo ha bisogno di essere disintossicato, ovvero liberato naturalmente dalle tossine, che si sono accumulate durante l'inverno e che possono essere dannose per la salute.
Le tossine sono presenti negli alimenti non lavati bene, come frutta e verdura, carne e pesce contaminati, e siamo esposti quando beviamo o respiriamo. Inoltre, poiché in inverno si consumano meno frutta e verdure crude, diminuisce la scorta di antiossidanti, che ci protegge dagli effetti delle tossine. Se il corpo è appesantito si può percepire stanchezza, gonfiore, difficoltà a digerire ed irritabilità.
Sei pronto a cominciare un programma depurativo? È il momento giusto!
Ti consigliamo di eseguire un ciclo di almeno 40 giorni per un buon risultato.
Prima di tutto bisogna curare l'alimentazione: ridurre il consumo di carne e derivati animali, preferire alimenti vegetali proteici, come legumi e semi, e privilegiare frutta e verdura fresche. Inoltre, è fondamentale bere molto: l'acqua infatti è la via attraverso cui vengono eliminate le tossine, quindi non può mancare per favorire questo processo.

Gli integratori che supportano la depurazione agiscono soprattutto a livello del fegato, un organo che rielabora le sostanze prima della loro eliminazione, e sono principalmente a base di carciofo, cardo mariano, tarassaco e curcuma. Infine, anche l'alga spirulina è ideale per i programmi di digiuno e di depurazione dell'organismo.

Ad Aprile

Ogni **20** euro di spesa,
avrai in regalo **5** euro sul prodotto successivo!

*Vedi regolamento interno esposto nel punto vendita per conoscere i prodotti coinvolti.

DRENARE

Sei consapevole che la prova costume non sia poi così lontana?
Il primo pensiero va alla cellulite anche se sei magra, un inestetismo che interessa il tessuto adiposo sottocutaneo di cosce, fianchi, glutei e pancia.
La dieta sbilanciata e la vita sedentaria dei mesi invernali possono aver determinano un aumento di volume degli adipociti, fino a comprimere i capillari e con attivazione di un processo infiammatorio. In questo modo la circolazione rallenta e si alterano i sistemi venoso e linfatico con ritenzione idrica (fase edematosa). Successivamente, lo sviluppo del tessuto connettivo determina indurimento del tessuto adiposo, con la formazione della pelle "a buccia d'arancia", fino a comparsa di noduli più grandi con sintomi dolorosi.
Per evitare gli stadi più gravi, è importante intervenire durante la fase edematosa migliorando lo stile di vita: bevi molta acqua, pratica attività fisica (anche un'ora di passeggiata al giorno), segui una dieta ricca di frutta e verdura e povera di grassi, prediligi i cibi con azione antiossidante, senza eccedere con il sale, e indossa abiti comodi per non bloccare la traspirazione. Con questi cambiamenti i trattamenti cosmetici anticellulite faranno la differenza!
Esegui uno scrub per levigare la pelle e stimolare il rinnovamento cellulare prima di massaggiare il prodotto anticellulite dal basso verso l'alto con movimenti circolatori: sono efficaci nel garantire un miglior assorbimento degli attivi e stimolare la circolazione.

DRENA!

Drena i liquidi in eccesso ed elimina le scorie sfruttando l'azione caldo/freddo che stimola il microcircolo nelle zone critiche con **Defence Body anticellulite di Bionike**, un dispositivo medico a base di estratti vegetali. Massaggialo sulle gambe o sulle zone colpite da cellulite con movimenti circolari dalle caviglie verso i glutei; la texture leggera favorisce il massaggio prolungato e non unge! La leggerezza che si avverte è dovuta all'effetto drenante e levigante, con miglioramento del tono cutaneo, anche se potresti percepire un leggero pizzicore dovuto alla stimolazione del microcircolo.
E non dimenticare di associarlo ad una dieta sana e ad attività fisica regolare!

AZIONI COMPLEMENTARI!

BEVI! Diluisci ogni giorno in un abbondante bicchiere d'acqua un flaconcino di **Lynfase** della linea **Aboca**, un concentrato con effetto drenante che migliora la funzionalità dei circoli linfatico e venoso. Grazie agli estratti naturali di grano saraceno, rusco, tarassaco, verga d'oro ed orthosiphon è ideale per contrastare il gonfiore dato da ritenzione idrica.

RIDUCI! Per eliminare gli accumuli adiposi su pancia, fianchi e cosce puoi applicare un trattamento efficace come **Somatoline Snellente Spray Use & Go**: se effettui il massaggio correttamente e con costanza ogni giorno per 4 settimane, le adiposità diminuiranno la pelle sarà più tonica e la silhouette rimodellata.
Gli ingredienti, compresi caffeina, un estratto di pepe rosa e ginger, favoriscono la lipolisi, stimolano il microcircolo ed il drenaggio dei liquidi in eccesso, hanno azione rassodante cutanea. La mattina sfrutta la sua praticità per rivestirti subito dopo il massaggio, grazie alla formulazione a rapido assorbimento.

RIMODELLA IL TUO CORPO PER SCOPRIRE LA SUA BELLEZZA

Non perdere tempo e comincia a preparare il corpo alla cosiddetta "prova costume".
Per rimodellarlo focalizzati su alcune specifiche zone in cui le adiposità sono più concentrate. I prodotti cosmetici con azione anticellulite e rassodante combinano ingredienti con diversi meccanismi d'azione:
- lipolitico, con attivazione dell'enzima lipasi, che scinde i grassi degli adipociti riducendo il loro volume (iodio dall'alga bruna fucus vesiculosus);
- drenante e depurativo (tarassaco, magnesio) per l'eliminazione dei liquidi in eccesso;
- protezione dei capillari (saponine e flavonoidi negli estratti di mirtillo e vite rossa) con riduzione della ritenzione idrica;
- riattivazione del metabolismo lipidico e della circolazione (caffeina);
- miglioramento del tono venoso e muscolare, con alternanza caldo-freddo (capsaicina e mentolo).

Per avere risultati durevoli ed evitare la ricomparsa degli inestetismi, si consiglia di effettuare il trattamento per almeno due mesi, associando un integratore con effetto drenante.

Ad Aprile

Ogni **20 euro** di spesa,
avrai in regalo **5 euro** sul prodotto successivo!

*Vedi regolamento interno esposto nel punto vendita per conoscere i prodotti coinvolti.

IDRATARE

Non è forse vero che una pelle del viso idratata appare più luminosa e tonica? L'idratazione è un gesto prioritario rispetto a qualsiasi trattamento per avere una pelle sana. Nella pelle secca il normale equilibrio idrolipidico è alterato, sono diminuiti il contenuto d'acqua e la capacità di trattenere l'acqua, pertanto è compromessa la funzione della pelle come barriera. I principali motivi di una scarsa idratazione sono:

- la ridotta attività delle ghiandole sebacee, come negli anziani e nei bambini;
- esposizione a freddo, sole, temperature estreme, bassa umidità dell'ambiente;
- uso di prodotti detergenti aggressivi o acqua calda;
- patologie della pelle, come psoriasi dermatite atopica, e cambiamenti ormonali.

La pelle secca è spenta, ruvida e desquamata, priva di elasticità e morbidezza, con la sensazione che tiri e si può avvertire prurito.

Se con i primi caldi la tua pelle ha sete, i tre passi per una pelle idratata sono:

1. la detersione mattina e sera con un detergente delicato poco schiumogeno, come un latte detergente da stendere con un dischetto di cotone, in modo da evitare l'acqua, che può seccare ulteriormente;
2. il massaggio su viso e collo di una crema idratante specifica per il tipo di pelle (idratante e lenitiva per la pelle sensibile, nutriente per la pelle secca, un'emulsione leggera o un siero per la pelle mista). Il ruolo della crema idratante è bloccare l'eccessiva evaporazione d'acqua e idratare gli strati più profondi;
3. l'applicazione di una maschera idratante una volta la settimana la sera, lasciata in posa tutta la notte per rigenerare la pelle come una notte di sonno di almeno 8 ore!

IDRATA!

Idrata la pelle sensibile e irritabile con Defence Hydra5 Opthydra di Bionike, che migliora con diversi meccanismi la capacità della pelle di trattenere l'acqua: riduce la perdita di acqua e favorisce il mantenimento del corretto equilibrio idrico della pelle, ne rafforza la funzione protettiva come barriera, ha proprietà emollienti. La sua formula è caratterizzata dall'acido ialuronico in 5 forme attive, molecola nota per la sua proprietà di trattenere l'acqua. Inoltre, contrasta i radicali liberi e ha effetto energizzante grazie ad un fitocomplesso (gynostemma pentaphyllum, cisto rosso e glutammina), mentre l'estratto di zanthoxylum bungeanum lenisce in caso di bruciore, prurito, irritazione e arrossamenti. Lasciala assorbire mattina e sera su viso e collo, avrai la pelle del viso più morbida e sana!

AZIONI COMPLEMENTARI!

PICCHIETTA!

La disidratazione può essere anche responsabile di piccole rughe nel contorno occhi: Hydraphase Intense occhi di La Roche-Posay reidrata, agisce contro borse, palpebre gonfie e contorno occhi irritato, attenuando le rughette, grazie all'acido ialuronico, all'acqua termale e alla caffeina. Picchiettalo sul contorno occhi mattina e sera, per attenuare le piccole rughe di disidratazione: è meglio utilizzare un prodotto specifico per questa zona!

NUTRI!

La composizione di Expert Skin idratante perle di Arkofarm comprende olio di borragine e olio di enotera, da cui gli acidi grassi omega-6 e la vitamina E, che mantengono la naturale l'idratazione e la fisiologia della pelle. La vitamina E, inoltre, è un antiossidante che aiuta a proteggere le cellule dai danni legati allo stress ossidativo.

VOGLIA DI USCIRE? FAI ATTIVITÀ E SPORT ALL'ARIA APERTA

Le belle giornate sono un invito a organizzare gite e a svolgere attività fuori casa. Se il tuo fisico non è ben allenato e ti serve un supporto energetico durante le tue prestazioni, da assumere al momento opportuno, esistono integratori specifici. In generale, gli integratori energetici forniscono all'organismo le calorie necessarie per svolgere l'attività, se la dieta non soddisfa completamente le necessità metaboliche. Si assumono soprattutto in caso di pratica sportiva intensa, come nelle attività aerobiche di lunga durata (maratona, ciclismo, nuoto) e si possono trovare in barrette, gel o liquidi già pronti e resistenti al calore per favorire l'assunzione anche durante l'attività. I carboidrati sono i componenti principali degli integratori energetici. Possono essere maltodestrine (polimeri del glucosio), da assumere durante e dopo lo sforzo; glucosio e destrosio, più facilmente assorbibili e ideali dopo lo sforzo per recuperare le scorte di glicogeno; fruttosio con indice glicemico più basso rispetto al glucosio; isomalto e maltitolo per ridurre l'indice glicemico. Inoltre, sono presenti le vitamine idrosolubili, come vitamina C e le vitamine del gruppo B, con funzioni antiossidante ed energetica rispettivamente, e i sali minerali (potassio, magnesio e sodio) per reintegrare le perdite saline che si verificano con la sudorazione. Alcuni integratori in barretta contengono anche aminoacidi essenziali, da assumere prima dell'allenamento o in sostituzione di un pasto leggero a basso indice glicemico.

20+5*

èqui

Ad Aprile

Ogni 20 euro di spesa,
avrai in regalo 5 euro sul prodotto successivo!

*Vedi regolamento interno esposto nel punto vendita per conoscere i prodotti coinvolti.

Un sorriso è il miglior biglietto da visita e attiva fino a 12 muscoli del viso. Anche se un'accentuata espressività del viso può contribuire alla comparsa di qualche ruga, sicuramente smettere di sorridere non è la soluzione. La comparsa delle rughe ci fa ricordare che il tempo sta passando: questi sgraditi solchi si formano sulla superficie della pelle in corrispondenza di zigomi, fronte, contorno occhi e labbra, in seguito alla naturale perdita di tono ed elasticità. Alla base di questi cambiamenti vi è l'alterazione della struttura di sostegno della pelle con degrado delle fibre di collagene ed elastina; le cause sono l'accentuata mimica facciale, stanchezza e stress, fumo ed esposizione a radiazioni solari o artificiali senza protezione adeguata. Prima dei 30 anni l'applicazione di creme idratanti, antiossidanti, con filtri solari e bere molto sono le accortezze da seguire per ritardare la comparsa di questi segni del tempo. Quando iniziano a comparire i primi segni ed il tessuto di sostegno della pelle inizia a cedere e a trattenere meno acqua, esistono rimedi che permettono di attenuare le rughe restituendo alla pelle un aspetto meno "segnato".

CORREGGERE

Non smettere di sorridere, ma segui una routine, che deve comprendere:
- una crema anti-età che corregga le rughe con acido ialuronico e riattivi la produzione di collagene;
- stimolazione e rigenerazione della pelle con peeling e trattamenti specifici;
- assunzione di integratori con collagene e acido ialuronico per ristrutturare la pelle (il collagene riduce le rughe già presenti sulla pelle e previene la formazione di nuovi segni d'invecchiamento cutaneo).

CORREGGI!

Correggi i segni del tempo con Time-filler di Laboratoires Filorga, una crema giorno che agisce su tutti i tipi di rughe: da disidratazione cutanea, d'espressione e profonde collegate alla perdita di densità del derma. Agisce sulla contrazione muscolare grazie ad un tripeptide rilassante, l'acido ialuronico incapsulato riempie i solchi penetrando efficacemente. Le rughe sono attenuate anche per l'effetto ottico soft focus. È un vero trattamento di bellezza ispirato alla medicina estetica: contiene una miscela poli-rivitalizzante costituita da 12 vitamine, 23 aminoacidi, 6 coenzimi, 5 acidi nucleici, 6 minerali e la vitamina E, un vero elixir per avere una pelle più giovane!

AZIONI COMPLEMENTARI!

RIGENERA!

L'azione della crema antirughe risulta potenziata se prima si applica un siero come Meso+ di Laboratoires Filorga, la sua consistenza è perfetta anche per gli uomini! Ha azione levigante sulle imperfezioni, stimolante della sintesi di collagene e rimpolpante. L'incapsulazione del retinolo, che previene e corregge le rughe, ne migliora la tollerabilità, il DNA in frammenti agisce sui fibroblasti con effetto ridensificante. Questo siero rinnova la pelle in superficie e la rigenera negli strati più profondi, così assorbe meglio gli attivi del trattamento successivo!

+

RIMPOLPA!

L'acido ialuronico è una molecola che, per la sua struttura chimica, ha grande affinità per l'acqua. È naturalmente presente nella nostra pelle ed in altri tessuti; conferisce loro, grazie alla sua capacità di idratarsi, morbidezza ed elasticità, e li protegge da sollecitazioni. La sua presenza diminuisce con l'età, con effetti sulla pelle, sul tessuto oculare e a livello delle articolazioni. Per rallentare l'invecchiamento si può assumere Jaluronicos compresse di Nutriva: apporta 200 mg di sodio ialuronato e 200 mg di collagene per ricolmare il tessuto connettivo e ridurre la profondità delle rughe.

DRENA L'ORGANISMO PER LIBERARTI DA LIQUIDI E TOSSINE

La ritenzione idrica è un disturbo tipicamente femminile, che si manifesta come tendenza a trattenere i liquidi nell'organismo con gonfiore a livello dei tessuti e cattiva circolazione venosa e linfatica, che determina, inoltre, il ristagno di tossine dannose per le cellule. Le cause possono essere l'alterazione delle funzionalità cardiaca e renale, patologie infiammatorie, o più semplicemente uno stile di vita sedentario, la dieta ricca di sale e squilibrata, ma possono essere responsabili anche la scarsa idratazione, gli sbalzi ormonali o l'indossare calzature con tacchi troppo alti o ballerine. Si può trovare beneficio da questi disturbi correggendo lo stile di vita, quindi si consiglia di bere molta acqua lontano dai pasti o tisane drenanti, svolgere regolare attività fisica per riattivare il microcircolo (l'ideale è una passeggiata) e migliorare l'alimentazione limitando l'apporto di sale con gli alimenti e consumando molta frutta e verdura, soprattutto ricche in fibre e in vitamina C.
Alcuni estratti vegetali, come betulla, pilosella, centella asiatica, ananas, tarassaco e mirtillo sono molto efficaci contro la ritenzione idrica, e costituiscono i principali componenti di integratori che favoriscono il drenaggio e l'eliminazione dei liquidi e delle tossine dall'organismo.

Ad Aprile

Ogni **20** euro di spesa,
avrai in regalo **5 euro** sul prodotto successivo!

*Vedi regolamento interno esposto nel punto vendita per conoscere i prodotti coinvolti.

PRENDERSI CURA DI SÉ NON È PIÙ UN LUSSO

Richiedi già da oggi la nostra FIDELITY CARD !

Ogni 10€ di spesa 2€ in omaggio per i prossimi acquisti*

*Sono esclusi dall'accumulo di spesa tutti i farmaci di Automedicazione (OTC – SOP)

equiparafarmacie.it

~~€ 44,90~~
-33%
€ 29,90

~~€ 37,90~~
-34%
€ 24,90

IL TUO COLLAGENE PER RALLENTARE IL TEMPO!

ÈQUI Collagene beauty e Collagene anti-age

Integratori alimentari in flaconcini a base di collagene (7000 mg/flaconcino), con acido ialuronico, vitamine, minerali ed estratti vegetali.
Contrastano gli effetti del tempo su pelle e capelli, rendendo la pelle tonica ed elastica, e i capelli più forti, specificamente hanno azione antiossidante e migliorano il tono venoso.

equiparafarmacie.it

I NOSTRI SERVIZI PENSATI PER TE

equì
equiparafarmacie.it

Test per intolleranze alimentari
Trucco personalizzato
Percorso nutrizionale personalizzato
Misurazione della pressione
Screening insufficienza venosa
Analisi della pelle del viso
Test prevenzione osteoporosi
Foratura lobi
Analisi del profilo minerale del capello
Controllo dell'udito
Esame del capello e del cuoio capelluto
Consulenza nutrionale per sportivi

Entra nel nostro negozio on-line e acquista

C'è un buono regalo per te!

Usarlo è semplicissimo!

1- REGISTRATI SU EQUIPARAFARMACIE.IT
2- AGGIUNGI i prodotti al carrello
3- INSERISCI il codice **REG10A** nel campo "CODICE SCONTO" del carrello
4- COMPLETA l'acquisto

Valido su tutti i prodotti, anche già scontati, per un ordine minimo di 30€*

*Buono valido dal 01/04/2017 al 30/04/2017

Ad Aprile nei nostri punti vendita

PIÙ TI PROTEGGI MENO SPENDI!*

SPF 30 = SCONTO -30%

SPF 50+ = SCONTO -50%

SPF 20 = SCONTO -20%

E IN PIÙ,
-30% SUL DOPOSOLE
ALL'ACQUISTO DI UN SOLARE

*Scopri i prodotti che aderiscono alla promozione. Vedi regolamento interno esposto nel punto vendita.