

YO

doña

yodona.com

EN PORTADA

NATALIE DORMER

DE *JUEGO DE TRONOS* A
RODAR UNA PELÍCULA DE ESPÍAS
CON HARRISON FORD

“Quiero morirme
haciendo este trabajo”

SEXO

EL PLACER DE
VIVIR SIN ÉL
¿EXISTE?

ESPECIAL

¿QUE EMPIECE EL SHOW!

(DEL OTOÑO)

MODA

LAS NUEVAS CLAVES DE LOS ESTILOS
MINIMAL, LADY, ROCKERO...

BELLEZA

ENTRENAMIENTO EXPRÉS, SUPERALIMENTOS
PARA EL PELO, DIETA HIDRATANTE...

EL MUNDO

27 DE AGOSTO DE 2016. Nº 591. YO DONA SE VENDE EL SÁBADO CON EL MUNDO POR 2€
EL RESTO DE LA SEMANA. VENTA INDEPENDIENTE POR 1,50€





SUPERALIMENTOS... AL PELO

Se denominan así los alimentos ricos en «antioxidantes, flavonoides o minerales, con diversas propiedades beneficiosas para la salud y bajo contenido en kilocalorías», según la dietista Paula Rodríguez Alonso. Ya habían saltado del plato a la piel, como ingredientes en diferentes cremas para cara y cuerpo, pero sus beneficios no dejan de sorprender y ahora funcionan también como nutrientes capilares.



BAYAS DE GOJI

Reestructuran la fibra capilar, regeneran y refuerzan el pelo seco y dañado. *The Cupido Spray* (29 €), de My.Organics.



AGUACATE

Nutre y suaviza. Aceite en crema sin aclarado *Original Remedies* (2,49 €), de Garnier.



CEBOLLA

Purifica y estimula el crecimiento. Mascarilla capilar con cebolla (14,90 €), de Mi Rebotica.



Revolución de géneros

En moda lleva un par de temporadas anunciándose. Ahora la perfumería también se apunta a la tendencia unisex. Como las nuevas fragancias de Prada, que siguen los pasos de su desfile de primavera/verano 2017 para hombre, donde se vieron elementos compartidos como la mochila, las sandalias o el chaleco, que ellas también lucieron. Sus nombres, *La Femme* (125 €/100 ml) y *L'Homme* (109 €/100 ml), no dejan lugar a dudas hasta que se destapan... «No queríamos que olieran a un género, sino que buscábamos un camino diferente al que se espera», cuenta la nariz Daniela Andrier, su creadora. La femenina combina vainilla, frangipani y nardo con vetiver, clásico en territorio masculino; mientras que para él se emplean notas sorprendentes, como la flor de azahar, el iris o la violeta. Otra novedad: se recomienda aplicar la de hombre sobre la de mujer para dar con la fragancia perfecta. Palabra de Miuccia.

