

top shop

benessere

a cura di Lorenza Realdi

SE NON CI VEDONO PIÙ DALLA STANCHEZZA

I migliori amici naturali degli occhi si trovano nei boschi della Svezia o nell'integratore *Blue Berry* di New Nordic (farmacia, 60 compresse, € 25,95). I piccoli mirtilli selvatici svedesi sono ricchissimi di pigmenti che colorano la bocca di blu e difendono la vista.



LA VISIONE VA PRESERVATA

Per proteggere la salute degli occhi è bene essere lungimiranti. Oltre a una tavola ricca di frutta e verdura, un aiuto prezioso arriva da *PreserVision 3* (farmacia, 30 stick, € 29,95) l'integratore di Bausch + Lomb che racchiude i più potenti alleati degli occhi: vitamine, minerali, luteina, zeaxantina e acidi grassi omega 3, di cui è ricca la retina.



SANI COME PESCI

La tavola attenta alla salute della vista abbonda di pesce azzurro e... rosa salmone, ricchi di acidi grassi omega 3, benefici per gli occhi. Il *Filetto di Salmone* all'*Olio di Oliva* di Maruzzella (Gdo, 150 g), allevato nei fiordi norvegesi, è pronto da servire.



LO STRUCCANTE A PROVA DI LACRIME

In fatto di igiene quotidiana, la scelta dei prodotti per gli occhi deve essere molto oculata, specie in caso di mucose sensibili. È ultradelicato lo *Struccante Bi-Fase Occhi e Labbra Acque Unicellulari* di Nature's (arboristeria, 125 ml, € 15), dalla formula a base di estratti vegetali che eliminano il trucco con la massima dolcezza.



IRRITATI? SI CALMANO CON UN FIORE!

Gli occhi arrossati e stanchi hanno bisogno di una dolcezza speciale. Quella del fiordaliso, il fiore all'occhiello della linea *Pur Bleu* di Yves Roche e della sua *Acqua Lenitiva* (yves-rocher.it, 150 ml, 12,95), che calma e ristora.



solo per i tuoi occhi

Problemi in vista per questi organi delicati, che presto affronteranno sole, sale, cloro, vento... Meglio prepararli subito perché si godano solo il bello dell'estate



PET SENZA MACCHIA

Lo sguardo degli animali comunica più di mille parole. La *Lozione Contorno Occhi* di Elsabeauty Dermocosmesi for Pets si prende cura della zona perioculare di cani e gatti, eliminando le macchie marroni con principi attivi naturali (elsabeauty.it, 100 ml, € 24,90).



vitamina A nel piatto

Il caldo che avanza invita a portare in tavola tutti i giorni verdure fresche per assicurarsi una scorta quotidiana di vitamine, tra cui la A, la più preziosa per il benessere degli occhi. La carota *Selenella* 100% italiana ha anche una marcia in più: il selenio, oligominerale dalle virtù antiossidanti, particolarmente utili in questa stagione (selenella.it).

