

MICHELA MAY

*La coach delle*  
**UNGHIE**



CONSIGLI E TRUCCHI  
PER AVERE MANI  
SEMPRE FAVOLOSE

Rizzoli



*La coach delle*  
UNGHIE

CONSIGLI E TRUCCHI  
PER AVERE MANI SEMPRE  
FAVOLOSE



Dedico questo libro all'amore della mia vita, mio marito,  
il mio amante, il mio migliore amico e mio compagno  
in tutto e per tutto, Edoardo. Alla mia mamma  
e al mio papà, ai miei nonni Mario e Maria Pia  
e ai miei due amori pelosi Sasha e Indio.

# INDICE

## INTRODUZIONE

p. 9

### CAPITOLO 1

## La mia STORIA (tra le dita)

p. 15

### CAPITOLO 2

## Vademecum delle UNGHIE

p. 41

### CAPITOLO 3

## La MANIROUTINE

p. 77

### CAPITOLO 4

## Maniroutine INVERNO

p. 85

### CAPITOLO 5

## Maniroutine PRIMAVERA

p. 109

CAPITOLO 6

**Maniroutine**

**ESTATE**

p. 133

CAPITOLO 7

**Maniroutine**

**AUTUNNO**

p. 157

CAPITOLO 8

**Q&A**

p. 181

CAPITOLO 9

**Il calendario delle**

**UNGHIE**

p. 197

CAPITOLO 10

**Le nostre**

**STORIE**

p. 211

**RINGRAZIAMENTI**

p. 219



**M**ancano pochi giorni alla Vigilia di Natale, siamo nel 2003, sono a casa da sola e sto guardando casualmente la pubblicità su un canale di televendite e vedo con gran stupore un kit per la ricostruzione delle unghie in sconto. Ok, messo in automatico sulla lista dei desideri di Natale.

Facciamo un passo indietro...

Sin da piccola ho sempre desiderato diventare «l'estetista che faceva le unghie», a quel tempo non sapevo esistesse ancora la figura dell'onicotecnica e questa figura la chiamavo erroneamente così. Non potevamo permetterci di spendere soldi per andare a farmi fare le unghie, quindi per me quel kit voleva dire molto: non sarebbe stato semplicemente «farmi le unghie», ma avrebbe rappresentato una coccola, un modo per concedermi qualcosa che mai avrei potuto permettermi. Mia mamma sapeva che ci tenevo tanto, convinse papà e decisero di farmi questo regalo. Ancora non sapevano che questo sarebbe stato il dono che mi avrebbe cambiato la vita.

Scartare quel pacco e vedere quella bellissima, bianca e gigante lampada UV mi ha fatto sentire in un certo senso importante.

Mi ricordo i primi mesi: un disastro su tutta la linea. L'entusiasmo iniziale lasciò il posto alla delusione, forse non ero poi così portata per questo hobby (sì, al tempo lo consideravo un hobby).

Immaginavo un look sofisticato ed elegante e ne uscivo con le unghie completamente devastate, strutture simili a una cicca masticata e spessori come scarpe da tennis. Niente... non

venivano come dicevo io; nonostante il mio gusto estetico, non c'era verso. Questa storia di profonda insoddisfazione durò diverse settimane. Provavo e riprovavo, se solo ripenso alle mie povere unghie in quel periodo... sono state l'oggetto di tutti i miei esperimenti.

Avevo fame di conoscere, volevo saperne di più ma in quel periodo facevo l'università, la facoltà di scienze politiche, e già ero confusa, sentivo che questa cosa mi distraeva troppo. Mi ero diplomata in ragioneria e non potevo cambiare strada per un sogno «di bambina», questo continuavo a ripetermi. Dentro di me però c'era una voce che mi spingeva a non smettere di fare le unghie, a volerne sapere di più, e a sto punto direi: meno male che l'ho ascoltata, non sarei la persona che sono oggi se avessi fatto il contrario. Cominciai a fare dei corsi sulla ricostruzione unghie e fui completamente rapita, anche se la soddisfazione non l'avevo ancora trovata. Ero alla ricerca di qualcosa, però non sapevo cosa fosse.

Semplicemente non ero soddisfatta della mia situazione attuale, non mi piaceva ciò che facevo e non volevo sentirmi più in quella condizione.

Forse fu un po' una follia, forse solo coraggio, ma presi una decisione.

Questo è un libro-manuale che non parla solo di cura delle mani, ma è anche una raccolta di esperienze personali e pro-

fessionali, è il backstage che avete sempre voluto conoscere e che molte volte ho nascosto. Vi farò conoscere più da vicino il mio mondo, vi guiderò in ogni fase della maniroutine e non solo, voglio farvi scoprire come ho creato passo dopo passo il posto fuori e dentro il mio cuore, ma anche quei momenti bui della vita e gli ostacoli che mi hanno fatto pensare di mollare tutto, mentre invece sono stati il motore del mio cambiamento. Ora posso dirlo con convinzione.

Ho sempre amato comunicare facendomi guidare dalla voglia di condividere le mie sensazioni ed emozioni ed è con lo stesso spirito che ho scritto questo libro. È il primo che scrivo e vi confesso essere un po' emozionata, perché a ogni parola immagino voi che state leggendo e per questo mi sento non solo onorata ma anche responsabile. Già vi sto immaginando con le mani idratate e felici delle vostre unghie mentre sfogliate queste pagine. Vi sorprenderò con effetti speciali e con tante sorprese perché, oltre a darvi una guida *step by step*, voglio tenervi compagnia e — perché no — darvi anche un bel boost di energia nei momenti un po' antipatici.

Insomma, ragààzze e ragààzzi, ciao! Benvenute e benvenuti, ora vi farò catapultare nel mio mondo, così finalmente potrò raccontarvi tutte quelle cose che ho sempre voluto dirvi.