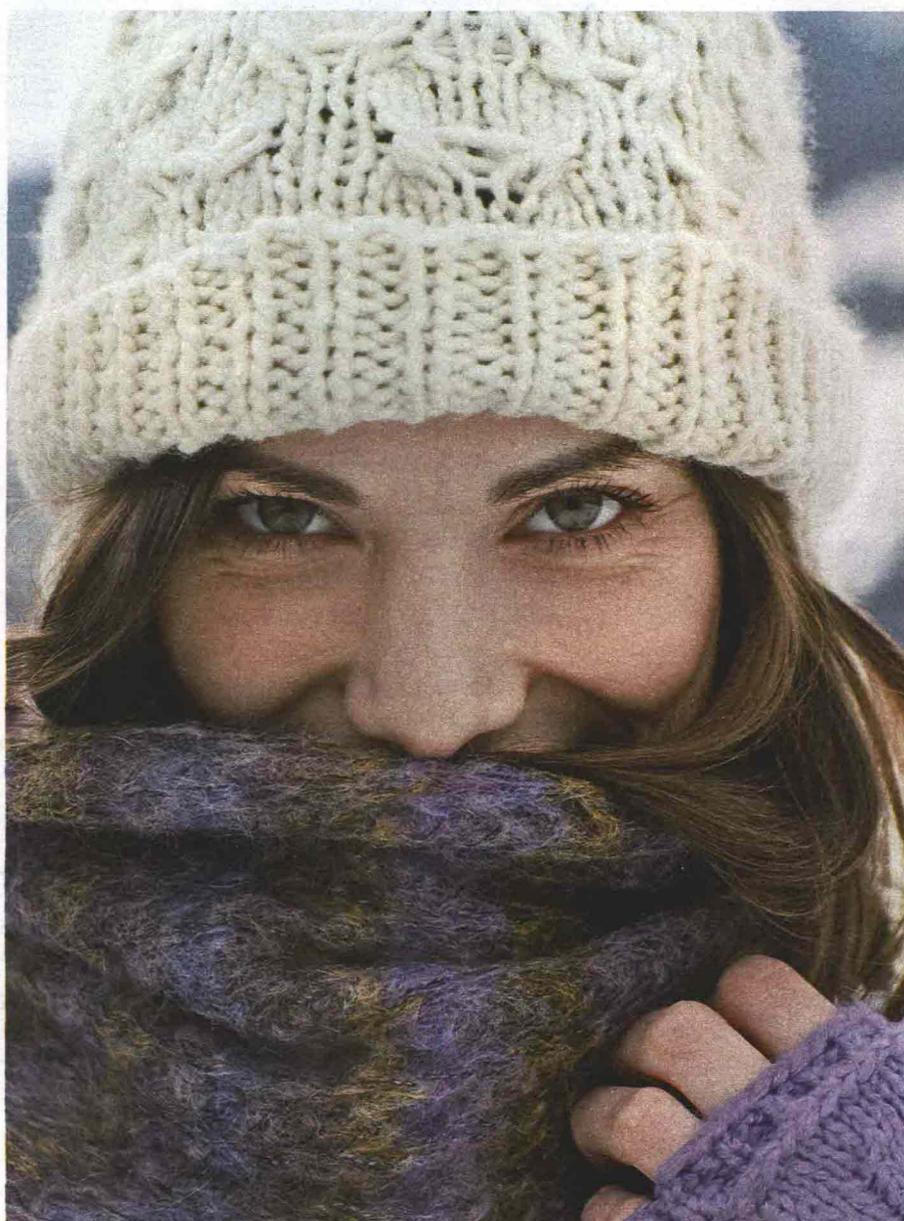


Confidenze  
di bellezza

# Combatti le rughe dalla mattina alla sera

Alcune donne sostengono che rendono il volto più interessante. Molte altre vorrebbero che i segni del tempo non si fermassero mai sul proprio viso. Se appartieni a questa categoria, leggi subito le strategie antiage

di **Alberta di Giorgio** con la consulenza di **Magda Belmontesi, dermatologa**



Getty (1)

26

Giulia  
ci  
chiede

## COME POSSO MANTENERE UNA PELLE FRESCA E LEVIGATA?

*Ho appena compiuto 40 anni ed entrare negli "anta" mi ha mandata in crisi: adesso non posso più trascurare la mia pelle con la scusa che sono ancora giovane. Voglio evitare che le mie rughette diventino più evidenti e mi domando come agire.*

Giulia Rotondo (via e-mail)

## I PENNELLI PER UN MAKEUP IMPECCABILE

✳ Chi dice che non sa truccarsi, il più delle volte è semplicemente sprovvista degli attrezzi del mestiere. Per esempio, dei pennelli giusti. Per stendere le dosi ideali di fondotinta (con la parte più stretta) e di cipria (con le setole larghe), è indicato il Pennello Incarnato Perfetto (a sinistra, 24,50 euro). Mentre il Ventaglio (al centro, 16 euro) è perfetto per applicare la terra o la polvere illuminante e per eliminarne gli eccessi sotto gli occhi. Per mascherare le imperfezioni con i fondotinta fluidi o liquidi, infine, ecco il Pennello con Setole Sintetiche (a destra, 19 euro), che funziona anche su palpebre, fronte e ali del naso. Tutti di Sephora.



## Bene dai 30 anni in poi

### Applica la crema giorno ogni dì

Le rughe possono essere cronologiche, cioè causate dal passare del tempo, oppure fotoindotte, ossia provocate dalle esposizioni ai raggi solari, i peggiori nemici dell'invecchiamento cutaneo. Per rallentare la comparsa dei primi solchi ed evitare che quelli già esistenti si accentuino, è indispensabile, tutte le mattine, proteggere la pelle dagli agenti esterni e dal sole (che, nonostante

non ci si accorga, colpisce anche in inverno, in città). Dopo la deterzione, occorre quindi stendere sul viso un cosmetico che faccia da barriera contro le condizioni ambientali. E che contenga sostanze antiossidanti (per esempio, la vitamina E) e principi attivi in grado di rinnovare e rimpolpare la cute.

**L'idea in più** Prima della crema vaporizza sul viso dell'acqua termale.



**Termactiva Antirughe** (Mediterranea, 28 euro): con vitamina E e filtri solari. **Crema Riempitiva** (Rilastil, 59,50 euro): contiene principi attivi antirughe e SPF 6. **Liftactiv** (Vichy, 33,50 euro): stimola il rinnovamento cutaneo e ha un effetto lifting.

## Obbligatorio dai 40 anni

### Metti sempre il trattamento notte

Chi pensa che serve a poco si sbaglia: applicare la crema notte prima di andare a dormire è importantissimo. Durante il sonno, infatti, la pelle si rigenera fino a otto volte più velocemente rispetto al giorno (con un picco tra l'1 e le 4 del mattino), in quanto non deve difendersi dagli agenti esterni. Inoltre, quando si riposa, la cute assorbe meglio le sostanze fornite dai trattamenti,

che riescono a penetrare più in profondità. Purché abbiano "via libera": prima di coricarsi è necessario liberare il viso da trucco e impurità che, oltre a fare da barriera per i principi attivi rigeneranti, soffocano la pelle e rallentano la microcircolazione: la benzina che dà energia alle cellule cutanee.

**L'idea in più** La sera stendi una maschera di yogurt e miele per 15 minuti.



**Revitalift Laser X3 Notte** (L'Oréal Paris, 20 euro): favorisce la formazione di collagene. **Lift Effect Antirughe Notte** (Somatoline Cosmetic, 33 euro): stimola il micro circolo e il rinnovamento cellulare. **Crema Ultra-Rigenerante Antirughe Notte** (Collistar, 53 euro): rinforza la pelle e i capillari.

## Per tutte le età

### Punta sui trucchetti last minute

Un appuntamento di lavoro, una sera galante o, semplicemente, una giornata in cui non ci si vede in forma. Per ridare tono e far apparire più giovane e levigato il viso, la luce gioca un ruolo fondamentale. Per questo esistono cosmetici arricchiti con polveri di perle o particelle riflettenti che, per effetto ottico, nascondono le rughe e regalano una pelle più compatta e omogenea.

Dedicati all'ovale o solo a zone specifiche (il contorno degli occhi o delle labbra), questi prodotti rendono l'incarnato radioso. Ma vantano nelle loro formule anche sostanze che si prendono cura della pelle. Per esempio, l'acido ialuronico o il burro di karité, che garantiscono un'ottima idratazione.

**L'idea in più** Picchietta contorno occhi e labbra: aiuta a distendere le rughe.



**Extra Pure Hyaluronic Black Diamond** (Incarose, 17,50 euro): con acido ialuronico e polvere di perla. **Lisciante Ottico** (Garnier, 11,49 euro): contiene riflettori della luce. **Balsamo Contorno Occhi** (Salba, 11,99 euro): con acido ialuronico, burro di karité e micropolvere di perla.