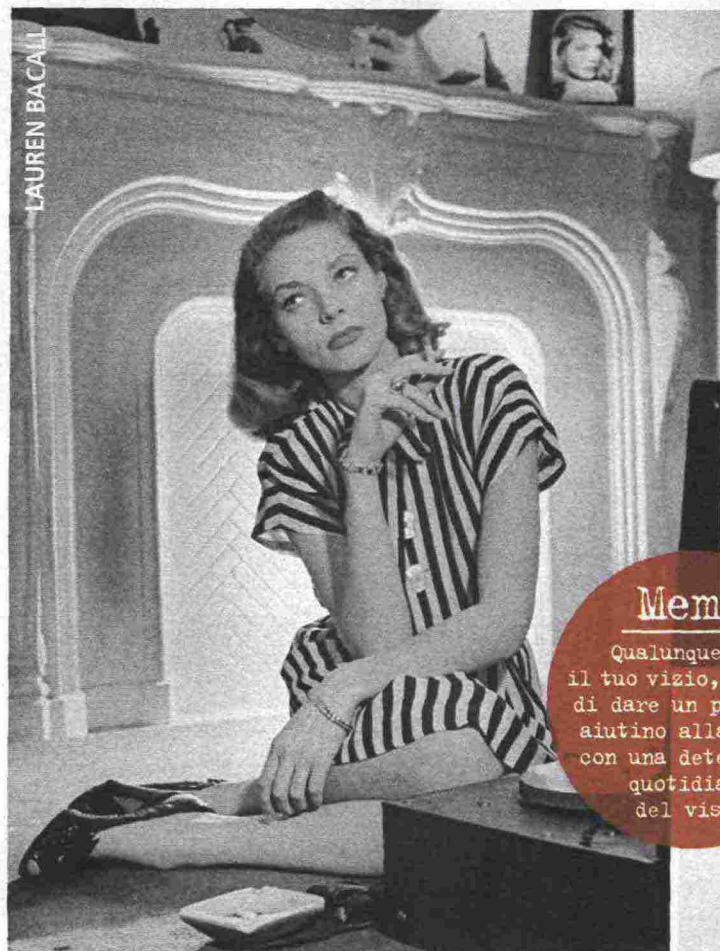
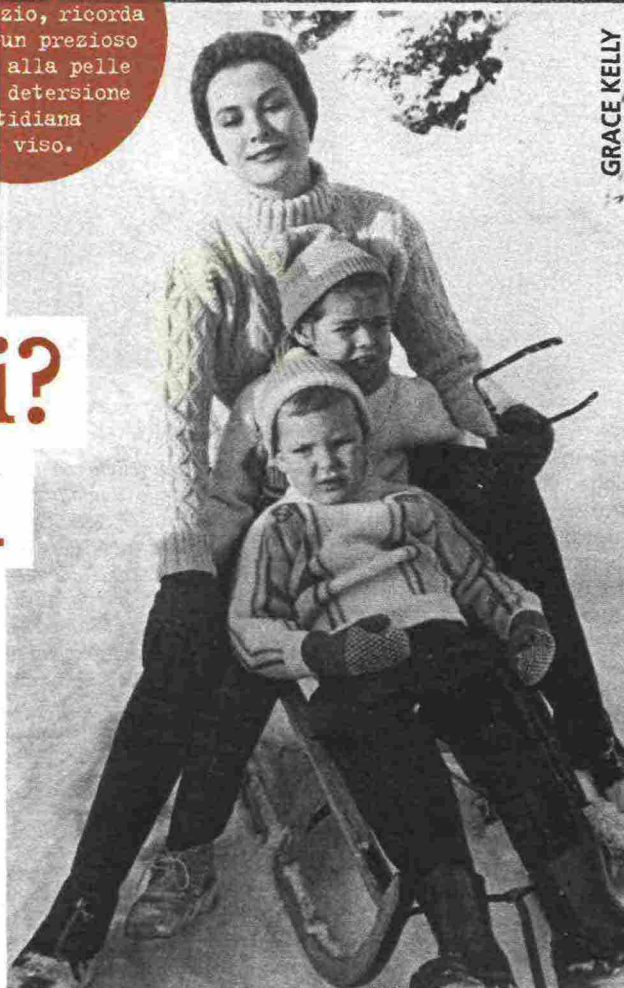


Confidenze di bellezza



Memo

Qualunque sia il tuo vizio, ricorda di dare un prezioso aiutino alla pelle con una deterzione quotidiana del viso.



Getty (2), IPA (1)

Quali vizi hai? Rimedia così

Ci sono cattive abitudini da cui è veramente difficile liberarsi. Il nostro consiglio è di non arrenderti. Ma, nel frattempo, fai in modo di arginare le loro ripercussioni sulla pelle. Dire addio al fumo, alle ore piccole e alle esposizioni al sole scellerate, infatti, ti aiuterà a ringiovanire (almeno) di 10 anni

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

26 Confidenze

FUMATRICE

Non riesci a rinunciare alle sigarette

Il fumo fa male e non è un segreto. Quello che forse non sai è che è anche nemico della pelle. Causa una super **produzione di radicali liberi**, responsabili dell'invecchiamento precoce, mentre la costante contrazione dei muscoli quando aspiri forma sottili rughe verticali intorno alla bocca. Se proprio non riesci a smettere, punta su cosmetici arricchiti con vitamina C, detossinanti e riempitivi, dall'effetto filler. **Attenzione** Un anno senza fumo restituisce una pelle tonica.

MONDANA

Sei una nottambula e vai a dormire tardi

L'ideale sarebbe andare a letto prima di mezzanotte, per permettere alla pelle di prepararsi ad affrontare l'indomani. Se non le lasci il tempo, perde la **capacità di autodifendersi** e appare grigiastria, con lo sguardo affaticato. Se sei una mondana incallita, il suggerimento è dedicare al viso uno scrub ogni due settimane. Tutte le mattine, invece, devi applicare un buon contorno occhi e una maschera anti stanchezza. **Attenzione** Il sonno rinforza del 30% la barriera cutanea.

SPORTIVA

In montagna hai la fissa dell'abbronzatura

Quando fa freddo è difficile accorgersi del sole che scotta. Ma i suoi raggi in montagna non sono da sottovalutare, anzi: aggressivi anche nelle giornate nuvolose, associati alle basse temperature che rendono la pelle fragile, possono essere molto pericolosi. È **indispensabile, quindi, proteggersi**, insistendo soprattutto sulle zone delicate. Mentre, la sera, è doveroso calmare rossori e irritazioni con un prodotto mirato. **Attenzione** Non mettere la neve sul viso: amplifica gli Uv.



- 1** Luce di Girasole Crema-Gel Luce Pura Viso (Olos, 33,50 euro): è una fonte preziosa di vitamine C ed E.
- 2** Nuxellence Detox (Nuxe, 52 euro): con zuccheri biotecnologici ed estratti di seta, mentre dormi ti aiuta a eliminare le tossine dall'epidermide.
- 3** Fill Perfection Balsamo Occhi e Labbra (Dibi Milano, 47 euro): con applicatore, riempie zampe di gallina e rughe intorno alla bocca.



- 1** Glamoxy Exfoliating Pads (Rodial da La Gardenia, 52 euro): sono imbibiti di acidi della frutta i dischetti che stimolano il rinnovamento cellulare.
- 2** Sublime Care Anti-Stress Mask (Korff, 21 euro): con vitamina C, minerali e oligoelementi, cancella dal viso i segni della stanchezza.
- 3** Action Illuminating Eye Gel (Mediterranea, 19,70 euro): minimizza occhiaie e rughe.



- 1** Eight Hour Cream (Elizabeth Arden, 28 euro): con petrolato, lenitivo, calma scottature e irritazioni da sole e freddo.
- 2** Sunscreen Crema Solare Viso FPS 30 (Coppertone, 11,50 euro): difende dai raggi Uv e dalle basse temperature.
- 3** Defence Sun 50+ Stick (BioNike, 13,05 euro): da tenere in tasca, per proteggere le zone sensibili come labbra, naso, zigomi.

i indirizzi a pag. 95

Confidenze 27