

FATTI BELLA

ZERO GRADI zero problemi

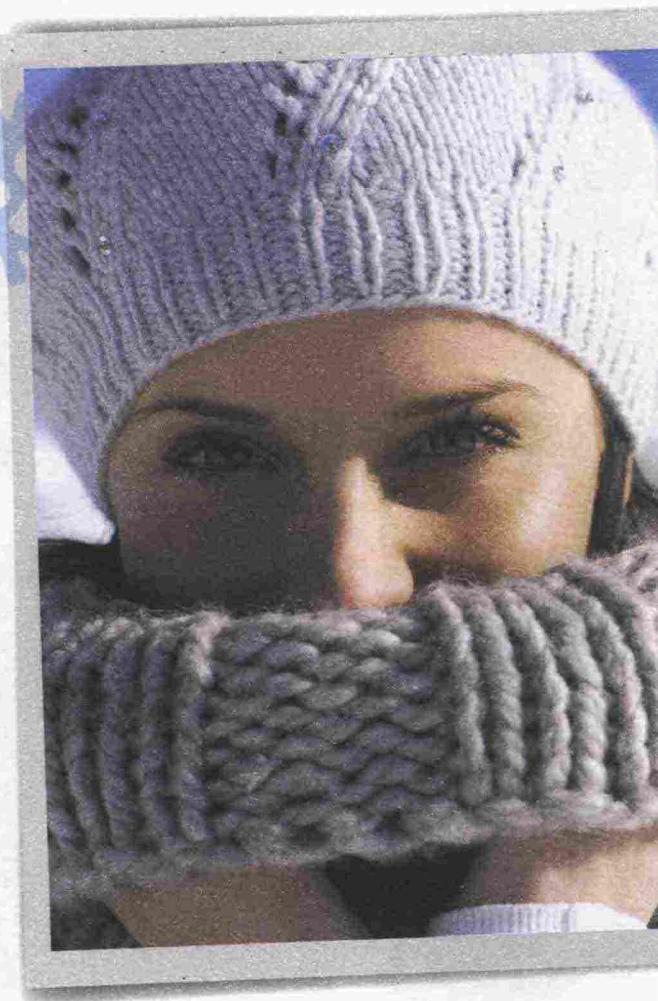
Le basse **TEMPERATURE** sono nemiche della pelle. Ma con l'aiuto dei cosmetici **ANTIFREDDO** puoi affrontarle. E combattere i loro **EFFETTI NEGATIVI**

DI ALBERTA DI GIORGIO CON LA CONSULENZA
DI **MAGDA BELMONTESI**, DERMATOLOGA

Hai presente quella morsa di gelo che si impadronisce di te appena metti piede fuori casa nelle giornate in cui la colonnina del termometro precipita in basso? In un primo momento può essere piacevole come una scarica energizzante. Ma bastano pochi secondi per sentirne gli effetti negativi. Cioè, il viso dolorante come punto dagli spilli, le labbra tese come corde di violino e le mani rigide, ruvide e formicolanti.

LA SOLUZIONE È "VESTIRE" LE ZONE ESPOSTE

Oltre che fastidiosi, questi disagi sono dannosi per la pelle. Il freddo, infatti, indebolisce il film idrolipidico che funge da naturale barriera cutanea. L'epidermide è quindi più soggetta alla disidratazione e, di conseguenza, agli arrossamenti e alle screpolature. Ma non solo: gli sbalzi di temperatura tra gli ambienti interni ed esterni mettono a dura prova i capillari (che si dilatano e si restringono ogni volta), favorendo l'insorgere della couperose. Ecco perché, in inverno, non devi mai abbassare la guardia. La regola per non avere problemi? "Vestire" le zone esposte. Cioè, applicare su labbra, viso e mani cosmetici "pesanti", che agiranno come "cappotti". ❌



LABBRA: ZERO TAGLIETTI



1. Med Repair (Labello, 2,99 euro): con SPF 15 e vitamina E, protegge dal sole e rinforza le mucose contro il freddo.
2. S.O.S. Freddo Labbra (Cosm-etica, 7,90 euro): a base di burro di karité, si può usare anche in caso di herpes labiale.
3. S.O.S. Labbra (Farmaceutici Dottor Ciccarelli, 4,10 euro): con cera d'api e allantoina, difende da freddo, vento e sole.

Getty (1)

MANI: ZERO SCREPOLATURE



1. Crema Mani Ripara & Protegge (Nivea, 3,49 euro): con la sua alta concentrazione di pantenolo, rende la pelle soffice.
2. Crema Mani Nutriente (Neutrogena, 5 euro): grazie al lampone nordico, crea uno scudo protettivo effetto guanto.
3. Crema Mani Nutriente (Skin Labo, 39,90 euro): a base di latte d'asina, protegge da tutti i tipi di aggressioni esterne.

VISO: ZERO ROSSORI



1. Vitis Crema (Ahura, 39 euro): con oli di argan, jojoba e vinacciolo, vanta una doppia azione idratante e disarrossante.
2. Skin Calming Face Primer (Colorescience, 59 euro): questa base per il trucco lenisce le irritazioni e attenua i rossori.
3. Roséliane Crème Anti-Rougeurs (Uriage, 19,10 euro): rinforza la barriera cutanea, protegge i capillari e dona sollievo.

Buonanotte pelle



Il segreto per aiutare l'epidermide ad affrontare ogni nuova giornata fredda è fornirle un surplus di energia durante il sonno. Glielo offre Vinosource Huile de Nuit Nourissante (Caudalie, 28,60 euro), arricchito con oli vegetali ricchi di omega 6.

4 CONSIGLI A TUTTA MORBIDEZZA

1 **SCRUB E PULIZIA**
Per rinforzare il film idrolipidico, una volta alla settimana regala uno scrub al viso e subito dopo applica una maschera idratante. Tienila in posa almeno 20 minuti, meglio se alla sera.

2 **SÌ AL TRUCCO**
Anche se ami il look acqua e sapone, ricorda che in inverno il makeup ti protegge. Fondotinta e rossetti e ombretti in crema naturali non si vedono, ma fanno la differenza.

3 **FAI UN IMPACCO**
Oltre che dal freddo, le mani sono aggredite dai detersivi. Se massaggiarle con la crema non basta, tutte le sere applicala in dosi generose e coprila con dei guanti in cotone, per un effetto vellutante.

4 **BEVI TANTO**
La strategia migliore per contrastare la disidratazione è bere almeno un litro e mezzo di acqua al giorno. Vista la stagione, punta sulle tisane, che ti assicurano anche un'azione detossinante e drenante.