

# La crema idratante e i dubbi: **serve davvero?**

Solo una donna su due la usa con regolarità. Il parere della specialista

**C**i sono i dati. Da una ricerca Olaz (realizzata per la linea Total Effects) tra un campione di donne tra i 17 e 70 anni è emerso che solo il cinquanta per cento utilizza regolarmente un prodotto idratante. Le motivazioni: il 37% sostiene «non ne ho bisogno», il 23 afferma «non capisco quali benefici possa effettivamente ottenere» o addirittura «non penso funzionino veramente».

E ci sono soprattutto consigli e raccomandazioni degli esperti. «L'idratante — spiega **Magda Belmontesi**, dermatologo e docente alla scuola di medicina estetica Agorà di Milano — si deve utilizzare tutti i giorni. Va scelto in base all'età e al proprio tipo di pelle: ha una funzione protettiva, aiuta a ridurre la perdita di acqua transepidermica contrastando secchezza e disidratazione. Non solo, serve a ritardare

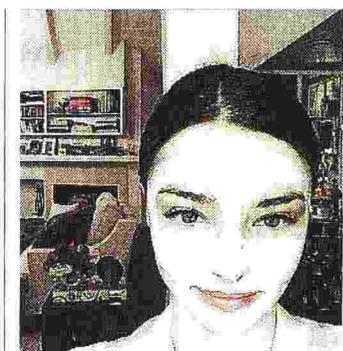
la comparsa dei segni di invecchiamento cutaneo quali micro rugosità, cedimenti, colorito spento».

Come dovrebbe essere impostata la beauty routine? «Al mattino, dopo la detersione — aggiunge Belmontesi — serve un prodotto idratante e protettivo da raggi Uv e inquinamento, almeno con un spf 20. La sera è utile un trattamento più ricco di attivi con una funzione mirata secondo

le necessità pelle. In presenza di cuperoze scegliere decongestionanti con principi termali. Nelle pelli grasse efficaci le soluzioni astringenti e sebo-regolatori, come ad esempio, i derivati degli acidi della frutta. Per macchie indicate le formule schiarenti e illuminate arricchite con vitamina C o fiorentina. Dovendo contrastare invecchiamento, disidratazione cedimenti, si deve affidarsi a antiossidanti, acido ialuronico e retinolo».

**G. Gh.**

© RIPRODUZIONE RISERVATA



**Lezioni su Instagram** L'idratazione è la base. La maschera è il passo successivo e su Instagram molte star mostrano come fare, in questa foto Miranda Kerr

## Lo studio

Il 37% sostiene «non ne ho bisogno», il 23 «non capisco quali benefici porta»

