

TRATTAMENTI VISO / EFFETTO GIORNO



Yulia Gorbachenko / thelicensingproject.com

Codice abbonamento: 095256

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



SVEGLIATI BELLEZZA!

Creme energizzanti, “breakfast” di vitamine e principi attivi preziosi. Dalle spazzoline rotanti alle formule effetto lifting, tutte le strategie per (ri)svegliare la pelle
di **Clara Giacconi**

S

e il buongiorno si vede dal mattino, in realtà il primo gesto di bellezza si compie la sera precedente, quando si punta la sveglia. C'è chi preferisce anticipare, dedicando dieci minuti in più al rituale cosmetico del buongiorno, e chi decide di dormire fino all'ultimo catapultandosi fuori di casa con i segni del cuscino ancora stampati sul viso. È proprio qui che si gioca la partita del benessere generale che non mancherà di illuminare la nostra pelle (oltre alla nostra anima). Ne è convinta la dermatologa **Magda Belmontesi**, docente alla scuola superiore di medicina estetica Agorà, a Milano, una che di ritmi convulsi e relative conseguenze, sulla sua e sulla pelle dei propri pazienti, se ne intende. Che fare per capitalizzare quei taumaturgici dieci minuti strappati al sonno? Vediamo step by step i suggerimenti dell'esperta.

Alza la barriera

Premessa: se la pelle è stata adeguatamente pulita e curata la sera precedente, al risveglio dovrebbe essere già carica per affrontare la giornata. Stiamo parlando della barriera lipidica cutanea e dell'idratazione, con acqua e lipidi che si accumulano naturalmente nell'epidermide durante il sonno. C'è un altro vantaggio, legato al bioritmo: di mattina, la produzione di sebo (la naturale protezione della pelle) aumenta, per poi diminuire nelle ore successive.

Primo passo, latte e tonico (non alcolico) o, volendo, un detergente da rimuovere con acqua. Mai saltare la fase della pulizia, che va fatta sempre, con delicatezza e attenzione.

Secondo atto, applicare un siero antiossidante che aiuta a contrastare i radicali liberi provocati da raggi solari e inquinamento ambientale.

Terza fase, proteggere con una crema idratante scelta in base al tipo di pelle, tassativamente con filtro solare incorporato, spf da 15 a 30.

OCCHI GONFI? PICCHIETTATE LE PALPEBRE CON ACQUA DA TIEPIDA A FREDDA E CON MOVIMENTI CIRCOLARI, DALL'INTERNO VERSO L'ESTERNO

Previene la stanchezza

Al risveglio abbiamo tutte un'aria più fresca e riposata, ma con il passare delle ore questo stato di grazia sparirà. Vale per tutte, ma alcune problematiche della pelle più di altre richiedono cure d'anticipo senza aspettare di correre ai ripari la sera.

Pori dilatati e pelle impura vi perseguitano (problematica spesso legata all'andamento ormonale)? Un dispositivo elettronico per la pulizia profonda del viso può entrare a pieno titolo nella vostra routine mattu-

tina. Il momento d'oro per il massaggio del viso con le spazzoline rotanti è dopo la detersione e prima di applicare una crema da giorno ad azione astringente, per esempio con gli acidi della frutta, che aiuta a tenere sotto controllo brufolotti e pelle lucida fino a sera.

Pelle sensibile. Al mattino è meno congestionata per via della temperatura costante nel corso della notte. Ideale per tenere sotto controllo gli arrossamenti causati dagli sbalzi caldo-freddo, è la cosmetica termale. Dal detergente alla crema da giorno, le formule con estratti termali esercitano un'azione lenitiva, alcune con una leggerissima pigmentazione verde effetto camouflagge per tamponare il rossore che si potrebbe manifestare con le variazioni climatiche.

Le micro-rughe di espressione il mattino sono meno evidenti, la pelle è più tonica e riposata, perché nella posizione sdraiata la forza di gravità contribuisce a distendere i lineamenti. Ottime in questo caso le formulazioni effetto lifting 12-24 ore, che esercitano un'azione progressiva durante il giorno e aiutano a prevenire i segni di stanchezza la sera.

Crea l'atmosfera

Ascoltare una musica rilassante, sintonizzare la radio sulla trasmissione preferita, sorseggiare un tè: sono piccole attenzioni che psicologicamente regalano buonumore e, quindi, aumentano l'efficacia del rituale cosmetico. Aromi fruttati, profumi né troppo dolci né troppo speziati, sentori marini o balsamici: spesso sono gli stessi profumi che emanano creme, latti e tonici dedicati alle cure mattutine. Il benessere comincia dal naso.

Tre oli di origine vegetale più olio di rosa per contrastare i segni dell'età: **Riche Crème Fluida Anti-Rughe Giorno** Yves Rocher (17,95 €).

Acido ialuronico ad alto peso molecolare ed estratto di Viola: **Crema Idratante Intensiva Hydraenergy** Korff (36 €).

Estratto di portulaca e quelli biologici di zenzero, avena ed elicriso: **Delicalma Crema Viso 24 Ore** L'Erbolario (29,90 €).

Fiori di zafferano e bougainvillea più attivi: **Nuxuriance Ultra Crema-Fluido Ridensificante Anti-Età Globale** Nuxe (50 €).

Vitamine, zuccheri, minerali e flavonoidi di lampone: **Crema di Sorbetto Energia + Luminosità** Collistar (22,50 €).

Il primo gesto del mattino: disseta la pelle con estratti di ribes, caffè verde e tè bianco **Lotion Energisante Eclat du Jour** Clarins. (20 €).

Estratto di goji e acido ialuronico per un'azione mirata: **Goji Perfect Balsamo Antirughe Giorno Notte** Bottega Verde (29,99 €).

Crema ricca multivitaminica rivelatrice di luminosità: energizza, idrata la pelle secca: **Mésolift Crème** Lierac (40,50 €).