

IL PIACERE / di farti bella

# SICURA CHE LA TUA PELLE SIA SENSIBILE?



Si arrossa, pizzica, persino l'acqua può scatenare reazioni. Forse la tua epidermide è troppo delicata. O forse sta solo attraversando un momento difficile. Con questo test scopri cosa le serve per stare bene

KEITH SCHOFIELD (FOTO). LUCA DONATO (STILL LIFE).  
FRANCESCA ANGELONE@MKS MILANO  
(TRUCCO E PETTINATURE). MARTA BONINI (SERVIZIO).  
PIA JOHANSSON (STYLING)

Uno sbalzo di temperatura, un po' di vento, un cosmetico nuovo e la pelle si arrossa, tira. Forse fai parte di quelle otto donne su dieci che, secondo due ricerche condotte dalle case cosmetiche Boots e Garnier, dichiarano di avere la cute sensibile. Ma non sempre è davvero così. Sintomi simili possono avere cause diverse: la pelle può essere secca o trattata con i prodotti sbagliati. Con questo test ti diamo una mano a scoprire cosa non va. E come curarla.

## 1 Osserva da vicino la tua pelle. Come appare?

- a) È sottile, con la trama compatta. Se la tocchi è morbida come quella dei bambini e spesso si arrossa.
- b) È ruvida, tende a desquamarsi e vista da vicino presenta sottilissime rughe. Non ha pori dilatati né comedoni.
- c) È spessa e opaca, i pori sono dilatati e i segni di espressione evidenti. Ha la tendenza a desquamarsi sulle sopracciglia, sull'attaccatura dei capelli e ai lati del naso.

## 2 Fai lo scrub?

- a) No, perché la pelle mi brucia.
- b) Una volta alla settimana.
- c) A giorni alterni.

## 3 Se bagni il viso con l'acqua che sensazione provi?

- a) Al momento sollievo, poi però la pelle

pizzica e inizia subito a tirare.

- b) Fastidio e maggiore secchezza.
- c) Né sollievo né fastidio.

## 4 Che crema idratante usi?

- a) Un prodotto ipoallergenico.
- b) Un fluido nutriente più volte al giorno.
- c) Una crema per pelli normali.

## 5 Metti sempre il fondotinta?

- a) No, non ho ancora trovato quello giusto: mi danno tutti fastidio.
- b) Sì, ma prima devo stendere una crema idratante.
- c) No, preferisco la terra: è più pratica.

## 6 Cosa usi per struccarti?

- a) Latte o crema detergente.
- b) Latte e tonico.
- c) Acqua tiepida e sapone.

## 7 Fai una semplice prova. Metti un po' di yogurt bianco naturale su uno zigomo. Cosa succede?

- a) Dopo un minuto si arrossa e pizzica.
- b) Dopo due minuti mi dà un po' fastidio.
- c) Dopo tre minuti non succede niente.

## 8 La tua pelle cambia con le stagioni?

- a) Si irrita facilmente sia con il freddo sia con il caldo.
- b) Con il freddo in genere è più secca.
- c) Mi sembra sempre uguale.

## 9 E dopo una giornata di vento la tua faccia com'è?

- a) Diventa intrattabile: pizzica, tira e si arrossa.
- b) Si secca e si desquama.
- c) Non cambia più di tanto.

## 10 Al sole cosa succede?

- a) Divento subito rossa, posso starci per poco tempo.
- b) La pelle tende a seccarsi facilmente, prendo il sole con prudenza.
- c) Il viso diventa più ruvido, più spesso.

## 11 Da ragazzina com'era la tua pelle?

- a) È sempre stata ultra delicata.
- b) Normale, senza particolari problemi.
- c) Tendenzialmente grassa.

## 12 Ti capita mai di avere una sensazione di prurito al viso?

- a) Sì, mi capita spesso.
- b) A volte, in condizioni particolari.
- c) Raramente.

## 13 In profumeria ti consigliano un nuovo antirughe, cosa fai?

- a) Non mi fido, compro solo cosmetici da farmacia.

- b) Me ne faccio dare un campione, ma non sono sicura che lo userò.

- c) Lo provo subito.

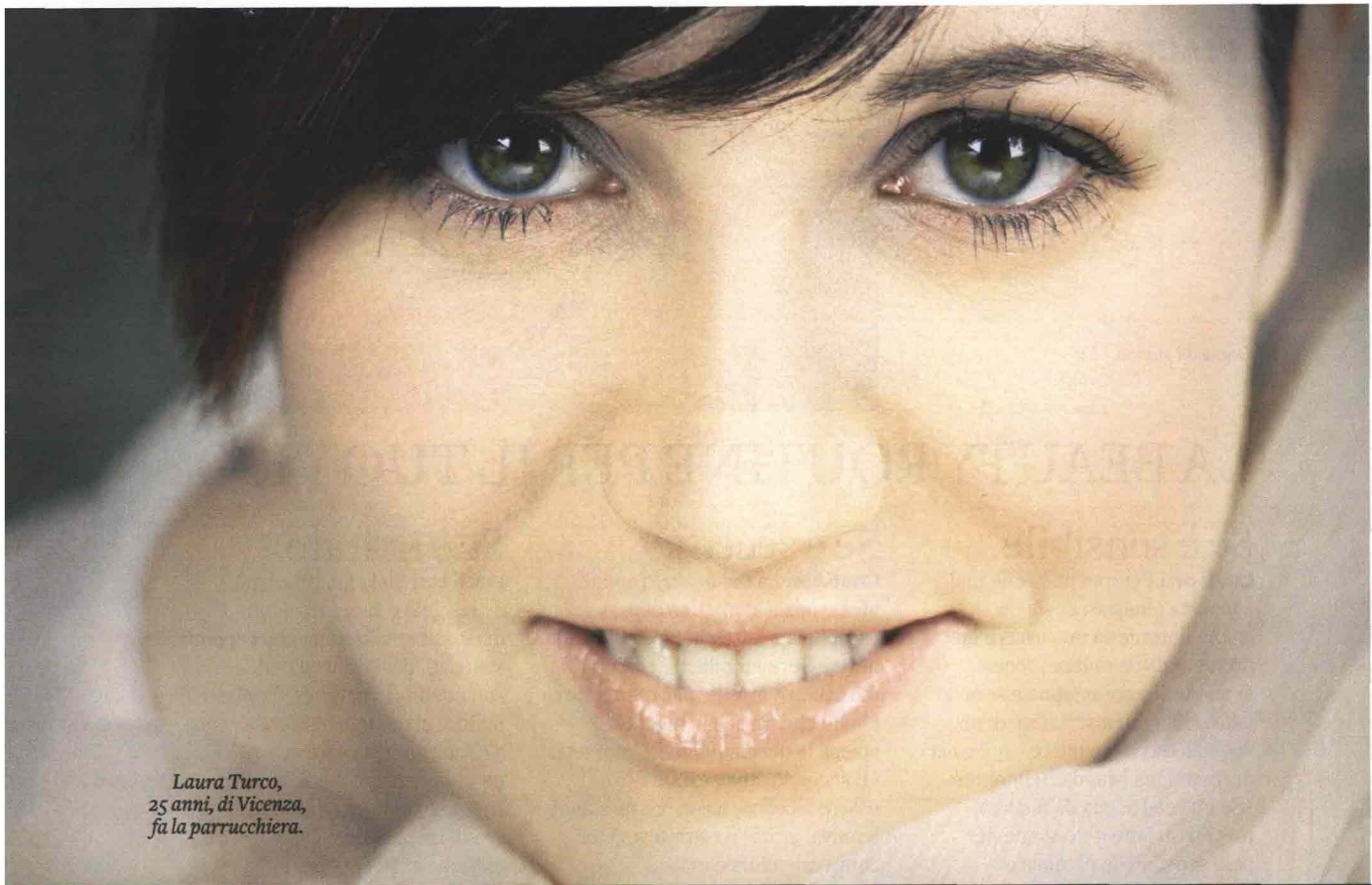
## 14 Ti capita, applicando un cosmetico nuovo, di scatenare reazioni?

- a) Spesso.
- b) A volte.

- c) Solo con certi prodotti esfolianti.

## 15 Se potessi migliorare la tua pelle come vorresti che diventasse?

- a) Meno intollerante agli agenti esterni.
- b) Più idratata e liscia.
- c) Più morbida e meno opaca.



Laura Turco,  
25 anni, di Vicenza,  
fa la parrucchiera.

www.ecostampa.it

Stola di voile CristinaEffe Collection.

### Maggioranza di **A** SÌ, HAI LA PELLE SENSIBILE

Pizzica, tira, reagisce in modo eccessivo al vento, al freddo e a certi prodotti. Sopporta male una normale detersione con latte e tonico e, spesso, persino l'acqua del rubinetto dà fastidio. A volte non trova sollievo nemmeno con una crema lenitiva. È l'identikit di una pelle davvero sensibile. Conviene prendersene cura con prodotti specifici, usando le linee specifiche, a base di tensioattivi naturali che placano le irritazioni e stimolano le difese cutanee.

1. Detergente Specifico per Pelle Sensibile e irritabile di Lichtena (15,65 euro).
2. Crema Giorno Anti-Rughe Pelli sensibili di Olaz (9,90 euro).

### Maggioranza di **B** NO, HAI LA PELLE SECCA

La tua pelle è secca di natura. Vuol dire che nello strato più esterno, quello corneo, le scorte di acqua e la componente lipidica scarseggiano. Anche la barriera protettiva superficiale è molto fragile e non riesce a riparare la pelle dalle aggressioni esterne né a impedire la disidratazione dagli strati più profondi. Prova ad aumentare le difese naturali della cute con cosmetici che contengono ingredienti naturali, come ceramidi, acidi grassi essenziali e collagene.

1. Trattamento Reidratante Intensivo di La Roche Posay (22 euro).
2. Crema Idratante Intensiva Pelli Secche di Nivea (8,15 euro).

### Maggioranza di **C** NO, HAI LA PELLE IRRITATA

Lavi il viso con prodotti sbagliati, usi spesso esfolianti, non curi l'idratazione: il risultato è una pelle spenta, irritata, che ha perso compattezza e turgore. I pori sembrano più grandi perché, se viene meno l'elasticità, si dilatano. La tua, insomma, è una pelle irritata e impoverita. La soluzione? Tanto per cominciare, evita assolutamente le normali saponette. E per idratare, mai più creme grasse: scegli solo emulsioni leggere.

1. Crema Lenitiva Rheacalm di A-Derma (16,90 euro).
2. Gel Struccante Delicato di Eau Thermale Avène (19,90 euro).

(segue a pagina 76)



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

095256

## IL PIACERE / di farti bella



(segue da pagina 75)

# LA BEAUTY ROUTINE PER IL TUO VISO

## Se è sensibile

**Lavati così** Per una pelle che mal sopporta qualsiasi sostanza, anche detergerla può essere un problema. «Se tollera l'acqua, si può utilizzare mattina e sera un latte o una mousse a base di oli vegetali da risciacquare» spiega la dermatologa **Magda Belmontesi**. «Se invece l'acqua dà fastidio, meglio un latte detergente per pelli sensibili da eliminare con un batuffolo di cotone, senza strofinare. Niente dischetti di ovatta: possono irritare».

**Scegli la crema giusta** Dopo la pulizia del mattino, applica un idratante privo di ingredienti "attivi", profumi e conservanti. Vanno bene, per esempio, le linee a base di estratti termali o di avena colloidale, dall'azione lenitiva. Per non mescolare troppi prodotti e rischiare reazioni, alla sera puoi usare la stessa crema idratante oppure un fluido decongestionante.

**Non rinunciare al make up** «Ci si può truccare, ma conviene scegliere cosmetici specifici. E non troppi: bastano fondotinta e ombretto» spiega l'esperta.

**Il pronto intervento** «Se la pelle è in fase "critica" e si presenta particolarmente arrossata, per esempio dopo essere stata al vento o per l'uso di un cosmetico sbagliato, evita per qualche giorno il make up» raccomanda la dermatologa. Può essere utile, invece, vaporizzare l'acqua termale: i sali minerali di cui è ricca (magnesio, ferro, potassio) aiutano a rinforzare le difese cutanee.

## Se è secco

**Lavati così** La tua beauty routine ideale inizia al mattino con l'accoppiata latte e tonico. «Il primo deve essere emolliente e ricco di sostanze grasse, per reintegrare i lipidi che mancano alla pelle» spiega la dermatologa Belmontesi. «Il secondo, invece, non deve essere alcolico, ma avere un'azione lenitiva, grazie a estratti vegetali come calendula e malva».

Una valida alternativa per la pulizia sono le acque micellari che detergono, leniscono e struccano in un solo gesto. Per questo puoi utilizzarle anche alla sera.

**Prova una maschera** Due volte alla settimana, una maschera decongestionante attenua arrossamenti e screpolature e dà sollievo alla pelle. Ottime quelle di fibre di collagene pressate, che hanno un forte potere idratante.

**Fai attenzione allo scrub** «La pelle secca ha sicuramente bisogno di essere esfoliata per attivare il rinnovamento cellulare. Ma è meglio limitarsi a un gommage a base oleosa ogni dieci giorni» precisa la dottoressa Belmontesi. «I granuli devono essere finissimi, quasi impalpabili, e sciogliersi durante il massaggio».

**Scegli la crema giusta** Sì a un prodotto a base di sostanze nutrienti, come ceramidi e acidi grassi omega 3. Scegli una formulazione leggera al mattino e più densa per la notte.

**Non rinunciare al make up** Per il trucco, punta su texture morbide da stendere con i polpastrelli.

## Se è irritato

**Lavati così** Se la tua pelle non è sensibile o secca di natura ma è stata maltrattata con prodotti sbagliati, devi riportarla al suo equilibrio naturale. Per la pulizia, al mattino, usa una crema a risciacquo e la sera una mousse detergente. Se proprio vuoi utilizzare una saponetta, scegli un panetto all'olio di oliva, naturale al 100 per cento.

**Scegli la crema giusta** «Attenzione a non aggredire la cute con creme troppo ricche di principi attivi e a non soffocarla con prodotti untuosi» raccomanda la dottoressa Belmontesi. «Spesso, una pelle che appare disidratata e spenta è in realtà normale o mista. Ma con cosmetici non adatti e troppo aggressivi, si possono formare desquamazioni e rossori». Quindi, al mattino, si a sieri ed emulsioni che idratano senza appesantire. Per la sera puoi alternare una crema con alfaidrossiacidi o retinolo a un fluido che disseta la pelle, per esempio a base di acido ialuronico.

**Fai attenzione allo scrub** «Usa prodotti con microgranuli ma solo una volta alla settimana. Oppure maschere di argilla bianca, che esfoliano in modo soft» consiglia la dermatologa.

**Non rinunciare al make up** «Punta su prodotti oil free e su una texture fluida. Se preferisci formulazioni in polvere, usa la cipria, ma prima stendi un fondotinta in crema» conclude l'esperta.

**LAURA D'ORSI**, giornalista.  
Scrivile a [beauty@mondadori.it](mailto:beauty@mondadori.it)