

IL PIACERE / di farti bella

PELLE: RISVEGLIO DI PRIMAVERA

A questo punto dell'anno viene voglia di scoprire gambe, braccia, spalle. Ma anche di farle vedere levigate e idratate. Per un corpo di velluto servono una strategia beauty e prodotti a base di ingredienti naturali

LUCA DONATO (STILL LIFE) CECILIA CRISTOFRETTI (STYLING)

Gonne corte, tessuti leggeri e top ridotti al minimo quest'estate metteranno a nudo molti centimetri di pelle. Che, in attesa del caldo, va preparata e dissetata. In tre mosse: passare lo scrub, massaggiare l'idratante e stendere l'olio. E conviene farlo subito perché, come rivela uno studio americano, quando esce dall'inverno la pelle ha solo il 7,10 per cento di acqua, mentre per stare bene dovrebbe averne il doppio.

LO SCRUB

«La stagione fredda rende più spesso e ruvido lo strato corneo della pelle, quello superficiale. Per assottigliarlo è necessario uno scrub due volte alla settimana. Così si eliminano le cellule morte e si favorisce la penetrazione dei principi attivi idratanti» spiega **Magda Belmontesi**, dermatologa. Un gommage a regola d'arte richiede prima un bagno di vapore che ammorbidisce la pelle: basta lasciare scorrere per 5 minuti l'acqua bollente nella cabina della doccia. «Poi si passa lo scrub. Nelle zone più delicate, come addome e seno, si può fare un gommage leggero oleoso a base di farina di semi di lino» suggerisce Nennella Santelli, presidente dell'Unione nazionale estetisti professionisti. «Il lino aiuta a ricostruire lo strato lipidico della cute e a renderla morbida e idratata. Nei punti dove la pelle è più spessa, come su gambe, gomiti e ginocchia, si a uno scrub al

(segue a pagina 98)



1. Minceur Detox Gommage Activateur Detox di Yves Rocher (6,95 euro) è uno scrub a base di bambù con effetto snellente. 2. Balsamo Corpo Baobab Beauty Program di B by Limoni (9,99 euro) idrata grazie al burro di karité. 3. Amande Huile Tonique di L'Occitane (35 euro) nutre e drena.

DONNA MODERNA 97

IL PIACERE / di farti bella



Foglie Sia

1. Warming Eucalyptus & Ginger Body Scrub di Molton Brown (39 euro) tonifica e illumina la pelle. **2.** Eau des Jardins Crème Corps Délicieuse di Clarins (36,30 euro) nutre la pelle e lascia un delicato profumo di pompelmo. **3.** Massage Oil Mint-Lavender di Greenland (13,90 euro) va bene di sera perché non unge.

(segue da pagina 97)

burro di karité o miele con sali marini, che levigano e svolgono una leggera azione drenante, utile in caso di ritenzione idrica».

LA CREMA

Carrie&Co., le protagoniste di *Sex and The City*, la sapevano lunga: nella loro borsa c'era sempre un flacone di crema idratante per il corpo, il mitico *Cetaphil*, da applicare più volte al giorno. «È una buona idea ma poco pratica» commenta la dermatologa. «In realtà per dissetare la pelle può essere sufficiente massaggiare l'idratante al mattino, dopo la doccia, scegliendo formulazioni con ingredienti che garantiscono una buona scorta di acqua: acido ialuronico, vitamina E, glicerolo, bisabololo, ceramidi». Un trucco per capire se la cute ha bisogno di acqua è applicare il fluido idratante, senza farlo assorbire del tutto: se si asciuga subito, vuol dire che non è stato sufficiente ed è meglio stenderne un secondo strato. «Per chi ha l'epidermide secca, che tende a desquamarsi, si può provare un trattamento da istituto» dice Nennella Santelli. «Si mette l'idratante e si avvolge la parte con una pellicola trasparente lasciando in posa venti minuti. L'impacco crea calore, si aprono i pori e i principi attivi penetrano meglio. Alla fine si toglie l'eccesso con una velina».

L'OLIO

Per essere liscia ed elastica la pelle ha bisogno di acqua e di grassi. Ecco perché usare solo la crema a volte non basta. «Per una cura urto ci vuole anche l'olio» spiega Belmontesi. «L'abbinamento tra i due prodotti crea una sinergia perfetta: l'idratante disseta, l'olio nutre». Il modo migliore per sfruttare le due azioni è alternare i trattamenti: al mattino la crema, alla sera l'olio (meglio quello secco, che non unge, così si può lasciare tutta la notte). Gli oli più adatti sono di argan e avocado perché contengono grassi affini a quelli della pelle. Ottimo anche quello di soia, ricco di isoflavoni, sostanze simili agli estrogeni che stimolano le cellule a produrre collagene e a riparare i tessuti. Non a caso è indicato contro le smagliature.



LAURA D'ORSI GIORNALISTA DI BELLEZZA. IL SUO SOGNO: SCAMBIARE I TRUCCHI CON UNA FIGLIA. MA HA DUE MASCHI. SE AVETE PROBLEMI, DUBBI, DOMANDE SCRIVETELE A BEAUTY@MONDADORI.IT