



20 domande per preparare il viso all'estate

Quando arriva il caldo, la pelle richiede cure speciali. Perché, con i raggi del sole, i prodotti che si usano di solito e i trattamenti che si fanno d'inverno possono fare brutti scherzi. Ecco come evitarli

IL PIACERE *di farti bella*

di Laura D'Orsi still life di Luca Donato

1 Con la pelle grassa devo cambiare crema idratante?

«Sì, è meglio alleggerire la formulazione, scegliendo prodotti fluidi, freschi e sempre oil free» consiglia la dermatologa Riccarda Serri. **Bio Active Crema Intensiva Idratante (Garnier, 6,50 euro).**

2 Posso fare un peeling per mettere a nuovo la pelle?

«Non è la stagione adatta per un peeling dal medico estetico. L'unico trattamento che si può fare è il "booster" a base di antiossidanti e sostanze schiarenti o astringenti, secondo le esigenze» dice la dermatologa **Magda Belmontesi**. Va fatto una volta sola in tutta l'estate e almeno una settimana prima di esporsi al sole.

3 Quale fondotinta devo scegliere?

La crema colorata in questa stagione è la scelta migliore, ma se non si vuole rinunciare al fondotinta, è meglio sceglierne uno dalla texture cremosa che diventa mat e cipriata una volta applicata sul viso. È perfetta per opacizzare la pelle mista e assicura un effetto long lasting. **Bronze Perfect Crema Colorata (Deborah, 11,20 euro).**

4 Se uso una crema idratante con la protezione spf, devo mettere comunque il solare?

«Dipende. Se ci si deve esporre direttamente ai raggi, meglio usare un solare vero e proprio. Per tutti i giorni, invece, va bene la crema con un filtro spf 15» spiega la dottoressa Serri.

5 Ho la pelle secca e intollerante. Il sole mi farà peggio?

«Il sole non fa male alla pelle secca. Anzi, se preso nel modo giusto può aiutare a rafforzare le difese» dice Belmontesi. Il che significa proteggerla con un prodotto delicato, ipoallergenico, meglio se senza profumo e con filtri elevati. Da preferire le formule cremose e a base di acqua termale. **Crema Fondante Anthelios XL (La Roche Posay, 17,80 euro).**

6 L'estate scorsa mi è spuntata una macchia sopra il labbro: posso prevenirla?

«Per cercare di prevenire le macchie bisogna proteggere le zone a rischio con uno stick Spf 50+, ripetendo l'applicazione ogni due ore. E non si deve prendere il sole nelle ore più calde. Altrimenti la ricomparsa delle macchie è assicurata» dice l'esperta. **Stick Protettivo 50+ (Folle, 8,90 euro).**

7 Se mi depilo i baffetti con la crema o la ceretta, dopo quanto posso espormi al sole?

La depilazione a strappo o con sostanze chimiche può irritare la pelle e creare problemi di fotosensibilizzazione, quindi di macchie. Per evitarlo bisogna aspettare un giorno prima di mettersi al sole. E stendere una protezione molto alta su tutta la zona depilata.

8 Un solare antirughe può sostituire la crema da giorno antiaging?

«Sì, perché oggi ci sono solari specifici per combattere l'invecchiamento della pelle. Sono ricchi di vitamina E, antiossidanti e sostanze idrattanti e hanno una texture leggera» spiega la dottoressa Serri. Prima di andare a dormire, la crema da notte rimane indispensabile. **Génifique Soleil 30 Spf Visage (Lancôme, 31,50 euro).**

9 Il trucco waterproof fa respirare la pelle?

Il make up resistente all'acqua è ricco di sostanze grasse. Per questo dura a lungo, ma tende anche a chiudere di più i pori. Meglio evitarlo, soprattutto sotto il sole. O limitarlo a qualche occasione particolare.

10 Posso usare una crema antiage con acidi della frutta?

«Sì, purché solo di sera e a concentrazioni basse, intorno all'1-2 per cento» spiega Serri. Così si evita di esfoliare la pelle troppo in profondità, con il rischio che i raggi del sole provochino irritazioni o macchie scure. **Crema Rassodante Prevenzione Attiva (Clinians, 14,60 euro).**

(segue a pagina 78)

DONNA MODERNA 77

IL PIACERE *di farti bella*

(segue da pagina 77)

11 La maschera va fatta più spesso?

«La maschera è un trattamento beauty valido per tutte le stagioni. D'estate vanno bene soprattutto quelle lenitive e idratanti, da fare una volta alla settimana» spiega la dottoressa Serri. No invece alle maschere a strappo, peel off, troppo aggressive per la pelle.

Masque Hydramax + Active (Chanel, 45 euro).

12 In estate è meglio usare un trucco minerale?

«Sì, è ideale perché è ipoallergenico, senza additivi, coloranti o altri ingredienti chimici» dice la dottoressa Serri. «Contiene due sostanze preziose: l'ossido di zinco e il biossido di titanio. Il primo ha proprietà cicatrizzanti e lenitive, il secondo protegge dai raggi nocivi del sole. E poi va bene per tutte le pelli. L'unico accorgimento, per chi ha la cute molto secca, è applicare prima un velo di crema idratante».

Glam Bronze Minerals (L'Oréal Paris, 14,60 euro).

13 La pulizia del viso dall'estetista va fatta prima o dopo l'esposizione al sole?

«Senza dubbio prima. E, per evitare che la pelle si arrossi, è meglio aspettare almeno 3-4 giorni prima di prendere il sole» dice Belmontesi.

14 Per la routine quotidiana devo cambiare il detergente?

Chi ha la pelle normale o mista può continuare a usare i prodotti di sempre. Un gel detergente è la soluzione ideale per chi, invece, ha la cute grassa, perché tende ad avere una leggera azione astringente. Per la pelle secca è perfetto un fluido senza risciacquo.

15 Sudo molto sul viso. Devo mettere comunque la crema idratante?

Assolutamente sì, proprio perché, quando si suda tanto, anche la pelle perde più liquidi e rischia di disidratarsi. Basta scegliere formule light, per esempio in gel-crema, dall'azione leggermente astringente.

Aqua Physics Crema da Giorno Anti-Età (Olaz, 9,90 euro).



16 La crema per il contorno occhi va sostituita?

«Con il caldo vanno eliminate formule troppo ricche sugli occhi: la pelle ha bisogno di respirare, altrimenti trattiene liquidi e la zona si gonfia» spiega **Magda Belmontesi**. Niente creme o sieri, si a fluidi o emulsioni.

Q10 Plus Roll-on Occhi Effetto Drenante (Nivea, 12,50 euro).

17 Posso farmi lo stesso un ritocchino?

«Sì, ma sia per gli interventi di chirurgia estetica sia per le punturine, ci vogliono almeno due settimane prima di potersi esporre direttamente al sole. I raggi, infatti, accentuano eventuali gonfiore e se sono rimasti dei piccoli ematomi potrebbero trasformarsi in macchie scure difficili da eliminare» spiega Belmontesi.

18 Un fondotinta con schermo Uv è una protezione sufficiente?

«In teoria sì, ma solo se il fattore di protezione è almeno 15-20. Ma se si deve stare a lungo sotto il sole, per sicurezza è meglio applicare prima una crema solare» suggerisce l'esperta.

19 Devo usare lo stesso scrub?

Sì, bisogna mantenere l'abitudine allo scrub una o due volte alla settimana. Ma va fatto sempre di sera per dare il tempo alla pelle di calmarsi, se si dovesse irritare un po'.

Doux Exfoliant (Clarins, 25 euro).

20 Con il caldo i pori si dilatano ancora di più. Come posso fare?

Per restringere i pori servono prodotti specifici, come un tonico senza alcol ma a pH acido o un fondotinta a base di acido lattico o azelaico, che regolano la produzione di sebo.

Normaderm Soluzione Micellare (Vichy, 10 euro).

