

b e a u t y

- 1 -

STRUCCARSI ANCHE SE NON CI SI TRUCCA

«Anche chi non fa uso di make-up deve detergere la pelle ogni sera per smaltire i residui della crema da giorno prima di applicare quella da notte», spiega la dermatologa **Magda Belmontesi**. «Un gesto che toglie anche le sostanze inquinanti che intaccano il film idrolipidico della cute».

Il prodotto migliore, il trattamento più costoso, la *routine* più ricca. C'è chi pensa che siano questi *i segreti* di una bellezza garantita nel *tempo*. In realtà, basterebbe non fare *errori* per ottenere quel *successful aging*, obiettivo condiviso da molte donne e celeb. Ecco 10 *abitudini* da seguire e tante nuove *formule*. Prendete nota

di GRAZIA PALLAGROSI
ed ELISABETTA SETTEMBRINI

LE BUONE REGOLE

- 2 -

NON LAVARSI TROPPO

«Dopo la piscina, la palestra, di mattina, di sera: detergere la pelle più di due volte al giorno, soprattutto se si usano prodotti schiumogeni o anche le semplici salviettine struccanti, significa impoverirne le barriere protettive e predisporla ad aridità e disidratazione».

- 3 -

EVITARE UN SOIN TROPPO RICCO

«Anche nella stagione fredda, solo alle pelli secche sono consigliate le creme molto corpose. In tutti gli altri casi, un prodotto di questo tipo favorisce la formazione di comedoni, piccole cisti e pori dilatati. Senza nulla di più. La capacità nutriente non è data dalla texture ma dai principi attivi».

- 4 -

NON MESCOLARE I PRODOTTI ESFOLIANTI

«Chi deterge il viso con un gommage o un gel ad azione esfoliante è meglio che non applichi sopra una crema levigante. Soprattutto dopo i 40 anni, si prende quest'abitudine nella speranza di aumentare il turn over cellulare e riducendo il formarsi delle macchie. Risultato? Lo strato corneo superficiale si assottiglia troppo e la pelle diventa più aggredibile, fragile, e predisposta a disidratazione e rughe».

- 5 -

NON USARE LA CREMA VISO SUGLI OCCHI

«In quest'area l'epidermide si assottiglia, e l'uso di prodotti con un'alta concentrazione di attivi favorisce prima la ritenzione idrica e poi la formazione di borse. Ciò accade soprattutto dopo i 40 anni. Si invece all'uso del contorno labbra anche sulla zona perioculare».

Il viso bonne mine è frutto di Double Wear All-Day Glow BB Moisture Spf 30, n. 1.0: crema colorata longlasting che perfeziona il teint. Per lo sguardo, Sumptuous Infinite Mascara Black. Sulle labbra, Pure Color Envy Shine Sculpting Shine Lipstick Suggestive. Tutto di Estée Lauder.



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

BEAUTY ROUTINE IDEALE

● Usare mattina e sera un detergente non aggressivo. Chi si trucca dovrebbe utilizzare anche un prodotto specifico per occhi e labbra. Completare la pulizia scegliendo il tonico o un'acqua di fiori o l'acqua termale che non solo idratano ma rendono la cute ricettiva ai principi attivi dei trattamenti.

● Applicare un siero prima della crema.

Di mattina è ideale una formula ad azione antiossidante, la sera invece una ricca di sostanze attive contro i segni del tempo.

● Al mattino: dopo il siero applicare la crema giorno e, successivamente, un filtro solare adatto alle proprie esigenze di pelle e comfort (esistono formule con filtri non chimici per le eco-fan, prodotti in gel per chi vuol sentire la pelle nuda, fluidi pigmentanti per chi deve correggere il colorito).

● La sera: dopo il siero stendere una crema notte con azione restitutiva e rigenerativa del film idrolipidico. Optare per un prodotto che risponda alle singole esigenze in queste tre categorie fondamentali: soin leviganti ed esfolianti; schiarenti e depigmentanti; ristrutturanti e reidratanti.

● Non usare sempre gli stessi prodotti.

Soprattutto dopo i 50 anni, alternare due creme diverse a giorni alterni. In tutte le altre fasce d'età, fare cicli di due mesi con un prodotto e poi cambiare.

● Rispettare i propri ritmi: cioè sostituire la crema non solo nel passaggio inverno-estate e viceversa, ma anche in base a ciò che ci comunica la pelle nei diversi momenti della vita.

● Fare una maschera e un peeling

o un gommage una volta a settimana: favorisce la pulizia profonda dei detriti cellulari, e si sfruttano gli specifici effetti illuminanti o drenanti, schiarenti o tensori e liftanti.

1_ Crema gel fresca e delicata effetto seconda pelle con l'esclusivo effetto tensore Bi-Skin 2.0 a base di alga bruna. Idrata e riempie le rughe di zigomi, bocca e mento. Ricaricabile e declinata in tre texture: Capture Totale La Crème Multi-Perfection Texture Légère di Dior (161,55 euro).

2_ Nata in collaborazione con il Centro Ricerche di Harvard, per distendere lo sguardo e attenuare gonfiore e occhiaie, agisce sui capillari e sul processo naturale di rinnovamento cutaneo. Si stende con i polpastrelli e si massaggia con l'applicatore, due volte al giorno: Bio-Performance Glow Revival Eye Treatment di Shiseido (73 euro).

3_ La formula R3 studiata per attivare i meccanismi naturali della giovinezza, ripara nel sonno i danni ossidativi, contrasta i radicali liberi e ridensifica l'ovale con vitamine A, C,



E e F e potenti antiossidanti: Defence Elixage Nuit R3 di BioNike

(90 euro, in farmacia). 4_ Natura e tecnologia danno vita a un idratante leggero e profumato che

ossigena la cute in superficie e in profondità, grazie al complesso O2, e a oli di fiori bianchi che nutrono e combattono l'aging: Hydragenist Nutribaume Nourrissant Sos Oxygénant Repulpant di Lierac (34 euro, in farmacia).

5_ Olio leggero e levigante con tre potenti antiossidanti che aiutano la pelle e rigenerarsi. Ne bastano alcune gocce quando il viso ne ha più bisogno: Clinique Smart Treatment Oil di Clinique (41 euro).

6_ Siero effetto shine con un complesso speciale che esfolia, leviga e combatte le rughe: Lift Effect Radiance Siero Intensivo Illuminante di Somatoline Cosmetic (42 euro, in farmacia).

7_ Protegge il viso da inquinamento atmosferico, ambientale e luminoso,

(quello di smartphone e computer) senza ungere. Nella formula con filtri Uv, olio ozonizzato di argan che nutre, ossigena l'epidermide e svolge un'azione lifting: Olosage O3 Olio Leggendaro ProAge Lift Viso di Olos (45 euro, in istituto).

8_ Con 16 ingredienti puri idrata, lenisce, contrasta segni e rughe e protegge il viso.

E vegano e senza glutine e si può usare in ogni momento della giornata, anche prima o dopo il make-up: Hydramist Spray Idratante Anti-Età di Bakel (57 euro). 9_ Trattamento urto antirughe e idratante con un complesso nutriente e ristrutturante a base di Vitamina C e fiore di ciliegio giapponese: Superlative Antiwrinkle Elixir di Korff (54 euro, in farmacia).



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

beauty

- 6 -

RISPETTARE I TEMPI
«È sbagliato applicare i prodotti dedicati alle pelli mature su quelle giovani, sperando di ottenere effetti migliori! L'epidermide infatti va stimolata a lavorare da sola per ottimizzarne le naturali funzioni di riparazione e difesa. Fondamentale, quindi, usare cosmetici adatti alla propria fascia d'età».

- 7 -

RICORDARSI DEL COLLO
«Sottoposto a molte contrazioni anche a causa della postura, il collo va curato come il viso, altrimenti invecchia precocemente. La prova? Gli uomini hanno mediamente un collo più liscio perché, grazie alla rasatura, sono obbligati a occuparsene ogni giorno. D'obbligo quindi applicare sia il siero che la crema anche sul collo. Mentre sul décolleté, si può usare la crema corpo».

- 8 -

MAI ACQUISTARE A SCATOLA CHIUSA
«Non è facile capire l'INCI (International Nomenclature of Cosmetic Ingredients) ma anche quando si acquista un cosmetico è d'obbligo leggere l'etichetta. Nei detergenti è meglio evitare i tensioattivi derivati dalla raffinazione del petrolio (Sodium laureth sulfate, Sodium lauryl sulfate, Ammonium lauryl sulfate), mentre in creme, latti e oli è bene controllare che non ci siano petrolderivati come Paraffinum Liquidum, PEG e PPG, Mineral Oil, Petrolatum. Chi ha la pelle sensibile dovrebbe evitare gli ingredienti allergizzanti (Triclosan e Imidazolidinyl urea, DMDM Hydantoin, Methylisothiazolinone e Methylchloroisothiazolinone, utilizzati come conservanti), mentre chi ha problemi di pelle asfittica dovrebbe sapere che i siliconi (Poliquaternium-80, Dimeticone e Amodimeticone) la rendono più levigata, ma depositano in superficie una pellicola chimica che ne ostacola la respirazione».

- 9 -

NON ECCEDERE NEI TRATTAMENTI MEDICO ESTETICI
«Cancellare una ruga, rimpolpare il volume delle labbra, levigare la pelle: ogni volta che finalizziamo l'intervento a un singolo obiettivo corriamo il rischio di perdere l'armonia dell'insieme. L'estetica del viso va considerata nel complesso olistico dei suoi elementi che sono volumi, rughe, colorito, texture e idratazione. Il trattamento deve essere curativo oltre che correttivo: prima regola per stare alla larga dagli eccessi. Un altro errore diffuso è pensare di risolvere il problema in poco tempo: ogni seduta di medicina estetica va preparata applicando nelle due settimane precedenti prodotti specifici (soprattutto in vista di peeling o di laser) e seguita dall'applicazione di un filtro solare e di una crema idratante lenitiva per 7 giorni».



Disseta e combatte le rughe: Aquagel Acido ialuronico Idratante Liftante di Collistar (38,50 euro).

- 10 -

NON MIXARE PIÙ TECNICHE
«Altro sbaglio è fare più terapie in contemporanea (andare dal medico estetico e anche dall'estetista) e non rispettare i tempi di recupero (1 settimana) prima di sciare, esporsi al sole, fare la sauna o il bagno turco. Vietato anche sottovalutare gli ematomi post filler: vanno protetti con un filtro solare (anche in città) per evitare residui di macchie».



Antigioco bio nutriente. Goji Crema per il Viso Antiossidante e Compattante di Cerbolario (29,90 euro, in erboristeria, farmacia e parafarmacia).



STILL LIFE GREVIMAR



Maschera per pelli secche che idrata, esfolta e nutre: Every Week Maschera Idratante di Mediterranean (19,40 euro, su www.cantil.com).



Detergente viso delicato e idratante, con acqua di rose. Per tutte le pelli: Olio Gel Struccante Ultra-Rapido di Pupa (11,90 euro).



1_ Impacco e peeling insieme. In dieci minuti, elimina le cellule morte e fa respirare la pelle: Scrub & Mask di Filorga (43,50 euro).

2_ Emulsione fluida per rimuovere impurità e trucco con dolcezza: Daily Care Latte Detergente di Rilastil (14,90 euro, in farmacia).



3_ Acqua micellare fresca e avvolgente. Strucca, deterge, idrata e infonde energia a viso e occhi: Eau de Beauté di Guerlain (46,90 euro).

4_ Crema detergente con collagene, rigenerante. Elimina le impurità e tonifica. Per tutti i tipi di pelle: Crème Nettoyante Collagène di Resultime (19,50 euro, in farmacia e parafarmacia).

5_ Il gel esfoliante promuove il turn over cellulare e affina i pori,

rendendo la carnagione luminosa e uniforme. Per tutte le pelli: Soin Dermatologique Peeling Intense D-220 di Maria Galland (40 euro, in istituto). 6_ Naturale, scioglie smog e trucco e rigenera l'epidermide: Huile Soin Démaquillante di Caudalie (16,25 euro, in farmacia e parafarmacia). 7_ Formula bifasica per detergere la zona occhi. Indicata anche per chi porta lenti a contatto: Make-Up Remover Eye Care di Comfort Zone (18 euro, in istituto).

PELLE SOTTO ESAME

Meglio un detergente a risciacquo o fluido? Una crema ricca o leggera? Per scegliere il prodotto più appropriato ci sono test che svelano il carattere dell'epidermide, consentendo di personalizzare la beauty routine.

Ecco tre soluzioni semplici.

- Basta un click e SkinBetter Skin Analyzer consiglia i prodotti giusti. L'App gratuita, messa a punto da un team di scienziati e ingegneri, attraverso una foto svela i bisogni della pelle e, grazie a un algoritmo, consiglia i prodotti da utilizzare. Si scarica da iTunes (apple.com).

- Ci si può anche affidare a una delle più celebri guru dello skincare: Sarah Chapman, facialist inglese amata dalle star. Per scoprire i bisogni della propria pelle, sul suo sito (sarahchapman.net), basta cliccare sulla sezione "help me choose" e rispondere alle domande del test.

- Chi preferisce la consulenza di un'esperta trova le risposte nel corner Shiseido di La Rinascente Milano. Qui le beauty consultant del brand, con un apparecchio di tecnologia avanzata, individuano il tipo di epidermide e i danni che ha subito nel tempo e, di conseguenza, mettono a punto il regime skincare più adatto.

Si vaporizza dopo la detersione per dissetare e ricaricare d'energia il volto: The Treatment Lotion di La Mer (110 euro).



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

STILL LIFE GREYMAR

Codice abbonamento: 095256