

beauty chat

Vuoi suggerirci tu la domanda del mese?
Scrivi a chiediagramour@condenast.it



Serve la ginnastica facciale?

Per scoprirlo abbiamo chattato con la visagista Mary Bliss.

MARY BLISS «Sì, perché contrasta la mimica involontaria, causa di prime rughe e primi cedimenti».

GLAMOUR «Che esercizi fare?».

BLISS «Il circuito per le rughe: corrugate la fronte e strizzate gli occhi; portate le sopracciglia in alto e spalancate gli occhi; chiudete gli occhi e muoveteli su e giù; sollevate le sopracciglia e tendete le palpebre, con le dita, verso il basso per 5 secondi».

GLAMOUR «E per rassodare?».

BLISS «Dite "ooo" e intanto tirate gli angoli della bocca con le mani cercando di opporre resistenza. Poi riempiate d'aria le guance ed espirate lentamente dopo 5 secondi».

GLAMOUR «I tempi?».

BLISS «Tutti i giorni, ripetete ogni singolo esercizio 5 volte».

Perché al mattino mi sveglio con il colorito spento?

Per scoprirlo abbiamo chattato con la dermatologa Magda Belmontesi.

MAGDA BELMONTESI «Dipende dai bioritmi cutanei. Mi spiego: secondo la cronobiologia (la scienza che studia come cambiano le funzioni vitali nelle 24 ore), di notte la pelle è iperattiva. Al mattino, invece, entra in una fase di declino che dura circa due ore».

GLAMOUR «Quindi, che cosa succede?».

BELMONTESI «La temperatura corporea scende e il microcircolo rallenta. Così le cellule epidermiche hanno poco ossigeno e il colorito è opaco, spento».

GLAMOUR «Posso fare qualcosa?».

BELMONTESI «L'ideale sarebbe aspettare due ore, perché poi la pelle riprende l'attività. Ma, visto che in genere gli impegni lo impediscono, lavate il viso con acqua fredda e pulite la pelle con una spazzola specifica: stimola il microcircolo e la fa respirare».

LA SCELTA DI GLAMOUR

Sensai Cellular Performance Wrinkle Repair Collagenergy, Kanebo (€175, in profumeria).

COSE È un fluido da giorno che, usato ogni mattina, aiuta a risvegliare le cellule e ottimizza costantemente il ciclo di rinnovamento del collagene, regalando nuova energia alla pelle.

PERCHÉ CI PIACE Perché ha una formula a base di principi attivi esclusivi: aiutano la ripresa delle funzioni vitali della pelle dopo il riposo notturno.

COME SI USA Dopo i trattamenti, anche come base per il make-up.



FOTO LAURENT DARMON. STILL-LIFE BLUCYAN