

beauty winter

di Costanza La Volpe. Foto di Norman Jean Roy

5 dritte antismog

Non bastano i raggi Uv e le polveri sottili. Gli studi dicono che, d'inverno soprattutto, anche le onde elettromagnetiche segnano la pelle. Nuovo nemico, nuove strategie. A tutto campo.



Onde elettromagnetiche: sono quelle emesse, oltre che dai tralicci della corrente, da tutti quegli oggetti di trasmissione e comunicazione a cui non possiamo più rinunciare (cellulari e pc in testa). Che cosa fanno alla pelle? Secondo gli scienziati dei Laboratori Clarins, pionieri di questo studio, restando 6 ore a contatto con le onde elettromagnetiche la pelle incamera una dose enorme di radicali liberi (+19%).

Si provoca così una microinfiammazione delle cellule di epidermide e derma che, di conseguenza, si rinnovano con più lentezza (-26%). Risultato: la pelle si segna più in fretta, soprattutto in inverno, con il freddo, quando è più sensibile e vulnerabile.

Noi, grazie all'aiuto degli esperti, abbiamo trovato una soluzione, anzi, cinque. Da provare con prodotti, trattamenti e anche a tavola.

1 Maschera e massaggi anti-impurità

«Pulire la pelle non basta più», dice la dermatologa **Magda Belmontesi**. «Anzi, occhio alla detersione: non abusate di cosmetici strong nel tentativo di togliere l'alone opaco dal viso; usate solo specialità delicate, in olio o latte con sostanze idratanti e lenitive. Così non assottigliate il film idrolipidico. Poi, per eliminare il pulviscolo inquinante che si deposita sul viso di giorno, fate la sera una **maschera a base di argilla**: assorbe le impurità e riequilibra la produzione di sebo». Anche il **massaggio** ha effetto anti-inquinamento. «Riattiva il microcircolo, migliora il ricambio cellulare e ossigena i tessuti», dice il dermatologo Antonino Di Pietro. «Fatelo mattina e sera, quando applicate la crema, con energiche pressioni dei palmi delle mani».

2

Quale crema? «Sceglietela a effetto rigenerante, in grado di riparare le microinfiammazioni cutanee e di attivare al massimo le difese naturali della pelle», dice Belmontesi. «E, per schermare il più possibile i radicali liberi, non uscite mai senza avere applicato, sopra il trattamento, un Spf alto specifico da città. Un suggerimento a chi ha la pelle già segnata: la sera, preferite un siero, perché ha principi attivi riparatori più concentrati».

3 Trattamento 3 in 1 antigriore

«Consiste in un rituale di microdermoabrasione, laser biostimolante e maschera nutriente», spiega la dermatologa **Anna Maria Forenza**. «Basta 1 seduta ogni 2-3 mesi per donare nuova luce al viso». Costo: da €80. Info: segreteriaforenza@hotmail.it

4 L'AIUTO A TAVOLA...

Secondo una ricerca dei Laboratori Sisley, riso e farro hanno azione antiossidante che protegge dai radicali liberi. «Sono da associare al pesce azzurro, ricco di omega-3 e 6, due acidi grassi antietà», dice Di Pietro. «E non dimenticate i frutti di bosco (si trovano anche surgelati): contengono flavonoidi che proteggono il microcircolo e favoriscono l'ossigenazione dei tessuti».

... E CON GLI INTEGRATORI

«Per aumentare l'effetto antiossidante, assumete nutraceutici con acido ferulico, coenzima Q10 e resveratrolo», dice Belmontesi. «Devono essere prescritti da un medico che li bilancia con le vostre abitudini alimentari».

5 La novità dalla medicina estetica

«C'è un trattamento anti-inquinamento, ad azione preventiva e protettiva», spiega la dermatologa Daniela Beretta. «Si chiama **elettroporazione con ossigeno**: con l'elettroporatore, un manipolo a elettrodi, si veicolano nel derma acido ialuronico, collagene e sostanze antiossidanti per un'azione rigenerante e rassodante. L'associazione con ossigeno, veicolato insieme ai principi attivi, consente di ottenere un miglioramento nel microcircolo e una pelle luminosa e purificata. Servono 6-10 sedute, da fare un paio di volte alla settimana. I risultati sono duraturi e fin dalla prima seduta la pelle appare più bella». Costo: €125 a seduta. Info: www.skinhouse.it

i prodotti schermo

Per giorno e notte, sono mirati contro tutti i tipi di inquinamento.



A effetto lifting
Multi-Régénérant Jour-Peaux Sèches, Clarins (€76,63, in profumeria).



Contro le infiammazioni della pelle
Siero Prevage Anti-Aging Repair Daily, Elizabeth Arden (€200, in profumeria).



Rigenera e ripara
Siero Advanced Night Repair, Estée Lauder (€88, in profumeria).



Stimola le difese naturali della pelle
Hydra Zen Nuit Neurocalm Crème, Lancôme (€69,50, in profumeria).



Contrasta smog e onde elettromagnetiche
Crema Timeexpertise Technoage, MV Cosmétiques (€59, in profumeria e farmacia).

Rinforza e dà luce alla pelle
Crema Giorno Energizzante Q10 Plus Antirughe, Nivea (€14,65, al supermercato).



Rigenerante cellulare
Fiale Protechnique, Rilastil (€49,90 per 30 fiale, in farmacia).



Schermo anti-inquinamento
Crema Uv Essentiel+, Chanel (€43, in profumeria).



Ricostituente
Crema Giorno Renaissance Cellulaire, L'Oréal Paris (€25, in profumeria).

