

GRAZIA • BELLEZZA



Belle
a ogni età

Pronte ad affrontare le prossime feste? Per "fare buon viso" agli anni che passano, *Grazia* ha chiesto a una grande dermatologa come organizzare al meglio la propria beauty routine con consigli a misura di pelle

DI Michele Meren FOTO DI Chris Craymer

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Codice abbonamento: 095256

GRAZIA • BELLEZZA

25/35

Da quando le donne hanno cominciato a considerare “fuori moda” la giovinezza a tutti i costi, in ogni angolo di mondo la cosmesi ha adottato un nuovo mantra: esaltare il bello di ogni età con formule sempre più mirate. A misura di pelle e stile di vita. Per questo abbiamo chiesto a **Magda Belmontesi**, docente di Dermatologia alla Scuola di medicina estetica Agorà di Milano di riassumerci i fondamentali della beauty routine (più qualche extra) a partire dai 25 anni. Per prepararsi ad affrontare in bellezza anche le prossime feste di Natale.

Le problematiche più frequenti

Clima e fattori ormonali sono due delle principali cause che stimolano la sovrapproduzione di sebo nelle donne più giovani. Risultato: pelle impura, con punti neri su naso e mento, pori dilatati e pelle lucida sulla zona T (fronte-naso mento).

Gli ingredienti più efficaci

Acidi della frutta e acido salicilico in basse concentrazioni, per stimolare in ricambio cellulare ed eliminare i punti neri, estratti termali per lenire i rossori e polvere di zinco per assorbire il sebo in eccesso. Inoltre, preferire creme idratanti a ridotto contenuto di lipidi.

La beauty routine ideale

Tenersi alla larga dai detergenti troppo “sgrassanti”. Fare uno scrub con microgranuli esfolianti due volte a settimana, seguito da una maschera purificante e calmante. Perfette quelle a base di argilla bianca e verde.

Il consiglio extra

Anche la pelle grassa può andare in deficit d’acqua e va idratata regolarmente con formule ad hoc. No, invece agli scrub troppo aggressivi che rischiano di sensibilizzarla.



1. GRANULI DI MAIS, POLPA D'UVA E MENTOLO RINFRESCANTE SONO GLI INGREDIENTI CHIAVE DI CAUDALIE CRÈME EXFOLIANTE DÉSINCRUSTANTE. PER RIMUOVERE SEBO E IMPURITÀ (€ 21, IN FARMACIA).
2. UN PERFEZIONATORE DELLA PELLE IN GOCCE A METÀ TRA MAKE UP E TRATTAMENTO CHE IDRATA, UNIFORMA, CORREGGE, COLORA, ILLUMINA E PROTEGGE. CON MICROSFERE DI ACIDO IALURONICO, BB DROPS DI INCAROSE. DALLA LINEA BB EXTRA PURE HYALURONIC (€ 20, IN FARMACIA).
3. PER LE TIRATARDI, UN GEL CHE RINFRESCA LO SGUARDO, CONTRASTANDO BORSE E OCCHIAIE CON UN TETRAPEPTIDE SPECIFICO PER LA DELICATA ZONA DEL CONTOURNO OCCHI: XPERT CONTOUR SINGULA DERMON (€ 32, IN FARMACIA).
4. L'IDRATANTE CON QUALCOSA IN PIÙ: IBUKI PROTECTIVE MOISTURIZER SPF 15 DI SHISEIDO. ALLA CONSISTENZA LEGGERA ASSOCIA UN'AZIONE ESFOLIANTE DELICATA CHE ILLUMINA LA PELLE, GRAZIE A UN SACCARIDE ESTRATTO DALLA BARBABIETOLA DA ZUCCHERO (€ 57).

DAL MEDICO ESTETICO

Se la pelle è particolarmente grassa e impura, si può programmare dal dermatologo un ciclo di Soft Peeling. Si tratta di un trattamento esfoliante a base di acido mandelic e salicilico, che aiuta a purificare la pelle e ridurre punti neri e pori dilatati: una seduta ogni tre settimane per un totale di quattro (150 euro l'una).

GRAZIA • BELLEZZA

Le problematiche più frequenti

Colorito non uniforme, rughe d'espressione che iniziano a evidenziarsi (come quelle naso-labiali), comparsa di macchie scure: sono i tipici segni dell'età che si manifestano intorno ai 35 anni. La causa principale: una protezione inadeguata o sbagliata contro i raggi solari che provoca "l'inceppamento" delle cellule e una distribuzione disomogenea della melanina.

Gli ingredienti più efficaci

Molto utili quelli esfolianti per rilanciare il rinnovamento della pelle che rallenta progressivamente. Come, per esempio, l'aox: un mix di floretina e vitamina C, ad azione antiossidante e schiarante. Senza dimenticare le maschere a base di vitamina C, per restituire luminosità e uniformità al colorito.

La beauty routine ideale

Fondamentale usare prodotti diversi al mattino e alla sera. Di giorno, prima della crema, diventa importante applicare un siero antiossidante e un filtro solare di media protezione, per scongiurare sia i processi infiammatori causati dai radicali liberi sia il rischio macchie cutanee. La sera invece, si a un siero con acido ialuronico rimpolpante e uno a base di retinolo per riattivare il rinnovamento cellulare. Mentre le creme ricche di ceramidi sono delle ottime alleate per ripristinare la barriera protettiva della pelle.

Il consiglio extra

Due volte l'anno, si a un ciclo di integratori a base di glucosamina, manganese ed esperidina: tutte sostanze utili per riattivare i fibroblasti (le cellule che producono collagene ed elastina) e stimolare la produzione di acido ialuronico.

35/45

DAL MEDICO ESTETICO

Per dare più turgore al viso, si possono fare dei cicli di Skinbooster. Sono delle punturine che richiedono poco tempo, perfette da prenotare anche in pausa pranzo. Contengono un cocktail d'acido ialuronico idratante (non riempitivo) e vitamine utili per "rinfrescare" la pelle. In più, migliorano la compattezza cutanea. Una seduta al mese per tre mesi, poi una seduta di mantenimento ogni 4-6 mesi (220 euro l'una). Per rendere più luminoso l'incarnato, invece, si a microiniezioni di aminoacidi e acido ialuronico. Due sedute al mese per due mesi a intervalli regolari (150 euro l'una).

1. CONTRO RUGHE, MACCHIE PREMATURE E COLORITO SPENTO: REDERMIC R SPF 30 DI LA ROCHE-POSAY, CONCENTRATO ANTIETÀ E ANTISMOG INTENSIVO, A BASE DI RETINOLO PURO E A LIBERAZIONE PROGRESSIVA (€ 34, IN FARMACIA).
2. TRE TIPI DI VITAMINA C PER ATTENUARE I SEGNI DI STANCHEZZA DEL CONTORNO OCCHI. DA USARE ANCHE COME MASCHERA, HELENA RUBINSTEIN FORCE C3 EYE MASK & DAILY CARE (€ 84,99).
3. FORMULA RINNOVATA PER VISIONNAIRE CREMA MULTI-CORRETTRICE DI LANCÔME: STIMOLA LA RIPARAZIONE DI TUTTI I COMPARTI DELLA PELLE E LA NATURALE PRODUZIONE DI ACIDO IALURONICO (€ 101,50).
4. RESVERATROLO PIÙ ACIDO IALURONICO PER COMBATTERE I RADICALI LIBERI E LA RIDUZIONE DI COLLAGENE ED ELASTINA: NELLA CREMA ANTI INFLAMM-AGING DI EUPHIDRA (€ 78, IN FARMACIA).



GRAZIA • BELLEZZA

45/55

Le problematiche più frequenti
Superati i 45 anni, le rughe d'espressione diventano più marcate e i contorni del viso tendono a cedere, mentre la pelle appare meno tonica, elastica e luminosa. Il "cedimento" riguarda anche il collo, dove iniziano a formarsi pieghe orizzontali sempre più visibili (le cosiddette "collane di Venere"). Le cause sono da imputarsi al crono e fotoinvecchiamento, ossia l'età e i raggi solari. Quanto al collo, entrano poi in gioco la scarsa idratazione (è la zona in cui più ci si dimentica di applicare una crema) e le posizioni sbagliate che si assumono durante la giornata o quando si dorme.

Gli ingredienti più efficaci

Nelle creme occorre che ci sia un pool di attivi nutrienti, rassodanti e idratanti, mentre nei sieri servono ingredienti come il coenzima Q10 e le vitamine C ed E.

La beauty routine ideale

Mattina e sera, tutti i giorni dell'anno, si a un siero anti-età con resveratrolo e coenzima Q10. Al mattino, utile anche l'acido ferulico, mentre la crema deve essere ricca di lipidi (come gli acidi grassi), in grado di ristrutturare la barriera cutanea e restituire elasticità all'epidermide. Irrinunciabile, poi, uno schermo solare cittadino ad alta protezione. Le creme notte, invece, devono essere "sostanziose", ma senza ungere la pelle.

Il consiglio extra

Gli integratori più giusti sono quelli a base di aminoacidi essenziali non ramificati, che forniscono ai fibroblasti gli elementi utili per sintetizzare collagene (la proteina che da sostegno alla pelle). Senza dimenticare le formule specifiche per prendersi cura del collo e soprattutto del contorno occhi, se non avete già iniziato prima. ■



1. RACCHIUDE UN'ESCLUSIVA TECNOLOGIA A TRIPLA AZIONE CHE POTENZIA L'INTERO CICLO DI VITA DEL COLLAGENE KANEBO SENSAI WRINKLE REPAIR CREAM (€ 245).
2. UN SIERO ANTI-ETÀ CHE AUMENTA IL NUMERO DELLE PROTEINE DEPUTATE A TRASPORTARE NUTRIENTI ALLE CELLULE STRUTTURALI DELLA PELLE: ANEW ESSENTIAL SIERO POTENZIATORE DI GIOVINEZZA DI AVON (€ 29, SU AVON.IT).
3. EFFETTO LIFTING NATURALE PER LO SGUARDO, CON BIONIKE DEFENCE XAGE LIFT SIERO CONTERNO OCCHI. IN FORMULA, UN BIOPOLIMERO TENSORE E IL COMPLESSO REJUVENATE SGF CHE STIMOLA LA PRODUZIONE DI ACIDO IALURONICO (€ 30,50, IN FARMACIA).
4. PER IL COLLO, UN DUO VEGETALE AD AZIONE RIDENSIFICANTE E UNIFORMANTE, PIÙ ZUCCHERI D'AVENA BIO "ANTI-GRINZE": CLARINS CONCENTRÉ DÉCOLLETÉ ET COU (€ 75).

DAL MEDICO ESTETICO

Se si vogliono attenuare le rughe e dare più compattezza alla pelle in modo non invasivo, c'è il peeling biorivitalizzante medicale, con acido tricloracetico al 33 per cento modulato. Una seduta ogni due settimane per due mesi (150 euro a seduta). Per correggere in modo naturale rughe, solchi e svuotamenti del viso, sono utili anche i filler: microiniezioni combinate di acidi ialuronici. Una seduta ogni 6-8 mesi (costo variabile in base al numero di fiale necessarie. A partire da 400 Euro).