

Detergere il viso almeno due volte al giorno: regola fondamentale su cui poggia tutto il resto, make up compreso. Evitare prodotti troppo aggressivi e attenzione all'acqua: rischia di eliminare il velo di protezione della cute

Bellezza, basta far pulizia

IL RITUALE

Le sprovvedute che non detergono il proprio viso due volte al giorno sono messe all'indice e guardate come paria dai dermatologi. Chi con un'alzatina di spalle e con la scusa di avere poco tempo, nel segreto delle quattro mura del bagno, accantona i buoni proposti insieme a latte e tonico non è probabilmente attesa dalle fiamme eterne dell'inferno dantesco. Però al risveglio si ritrova con occhi gonfi e pori dilatati.

A lungo andare, poi, la pelle perderà freschezza e luce, oltre che mostrare una certa pericolosa accondiscendenza verso acne e rughe. «L'igiene cosmetologica quotidiana - ammonisce con una certa severità **Magda Belmontesi**, medico chirurgo specializzato in dermatologia - prevede tre gesti imprescindibili: la detersione, l'idratazione e la fotoprotezione anche d'inverno».

LE REGOLE

Il primo step è importantissimo, continua il medico, perché è la base su cui poggia tutto il resto, make-up di tendenza compreso. «Direi che è un momento determinante, in cui vengono rimossi il deposito di sporco, i detriti cellulari e i residui del trucco o delle creme. Anche chi ha un look acqua e sapone deve pulire con attenzione la propria cute, perché nel corso della giornata smog, polvere, produzione sebacea e trattamenti si accumulano sul viso in ogni caso». Se proprio si fosse con i tempi stretti, paradossalmente, sarebbe meglio rinunciare a sieri o creme e puntare, invece, sulla detersione, anche quando si è in ritardo sulla tabella di marcia mattutina o al ritorno a sera tardi si ha solo voglia di crollare a corpo morto nel letto. «A lungo andare - continua la Belmontesi - la pelle non respira a causa dei pori occlusi. Conseguentemente diventa asfittica, spenta, impura e il colorito si spegne virando al grigio». La detersione deve essere effet-

tuata la mattina, appena sveglie, e la sera prima di andare a dormire, *tranne in casi di esigenze particolari, come il doversi truccare più volte durante il giorno.* «In questa eventualità, quindi per le emergenze - sottolinea la dermatologa - si possono utilizzare le salviette struccanti, utili da mettere in borsa e da portare in ufficio e in viaggio. Ma consiglio di non usarle per più di due giorni di seguito».

LE PRECAUZIONI

Pulire la pelle, in ogni modo, non deve diventare una mania. Ovvero: non si deve esagerare. In questo caso si rischia, infatti, di rimuovere il film idrolipidico, il sottile strato naturale che ricopre la pelle. Il risultato sarebbero secchezza e aridità, oltre che sensibilità eccessiva e infiammazioni. «Stesso problema che può verificarsi se si scelgono detergenti troppo aggressivi o schiumogeni. Può suonare strano, ma l'acqua è un problema. Quelle particolarmente dure e calcaree non devono essere usate nella fase di risciacquo, perché eliminano il velo di protezione della cute».

GLI STEP

Prima di tutto va rimosso il trucco dagli occhi, imbibendo un dischetto di cotone e procedendo con movimenti delicati che seguano il senso di crescita delle ciglia. Una valida soluzione può essere l'acqua micellare, che è un prodotto due in uno adatto a ogni parte del viso. L'Eau Micellaire Démaquillante Express di Dior, ad esempio, tonifica anche la pelle. Altrimenti si può optare per una crema detergente adatta alle cuti sensibili, come quella di Guerlain, o scegliere un latte, come Take It Away di Estée Lauder.

«Infine, il tonico, che può essere sostituito da acqua termale, che grazie agli elettroliti lenisce

il derma», spiega **Magda Belmontesi**. Il gesto in più è l'esfoliazione, che elimina le cellule morte e ridona immediata luce al colorito spento del volto affaticato. Quella chimica avviene grazie a sostanze acide, mentre quella meccanica è un gommage a base granulare. In ogni caso meglio effettuarla di sera, mai per più di una volta a settimana e applicare un buon idratante che ricostruisca l'effetto barriera.

Anna Franco

© RIPRODUZIONE RISERVATA

IL GESTO IN PIÙ È L'ESFOLIAZIONE CHE ELIMINA CELLULE MORTE E RIDONA LUCE E COLORITO AL VOLTO

Vanity bag



SERI
Bozzoli
di seta
contro
l'eccesso
di sebo



GUERLAIN
Un detergente delicato



**HELENA
RUBINSTEIN**
Pure Ritual,
doppia
esfoliazione

DIOR
Eau
Micellaire
adatto a ogni
parte del viso



ESTÉE LAUDER
Per le pelli
sensibili
il latte
detergente
"Take it
Away"

L'ORÉAL
Salviette struccanti



La pelle
va pulita
tutte le
mattine e la
sera prima
di dormire

