



Focus on:

#adesso0

ATTUALITÀ

PERSONAGE

MODA

BELLEZZA

LIFESTYLE

OPINIONI

OROSCOPO

SPECIALI

SHOP

HOME BELLEZZA VISO E CORPO / 28 novembre 2016

Cura del viso: Il rituale beauty del risveglio



Creme energizzanti, "breakfast" di vitamine e principi attivi preziosi. Dalle spazzoline rotanti alle formule effetto lifting, tutte le strategie per (ri)svegliare la pelle - nonostante l'inverno -

di CLARA GIACCONI



Styling Cristiano Vitali. Still life Massimiliano De Biase

CORRIERE DELLA SERA

lunedì 28 novembre 2016

aggiornato 07:57

ULTIME NOTIZIE



I gettoni d'oro e quei 5 grammi mancanti: l'ombra della frode sulla Zecca [Video](#)



Primarie in Francia, vince Fillon «La Francia della verità e dell'azione»



Renzi: rischio governo tecnico Berlusconi: Niente ritiro [Video](#) D'Urso: Il Nazareno bis? [Da me](#)

CorriereTv



Pardo e Melissa Satta (volti Mediaset) ospiti a «Quelli che il

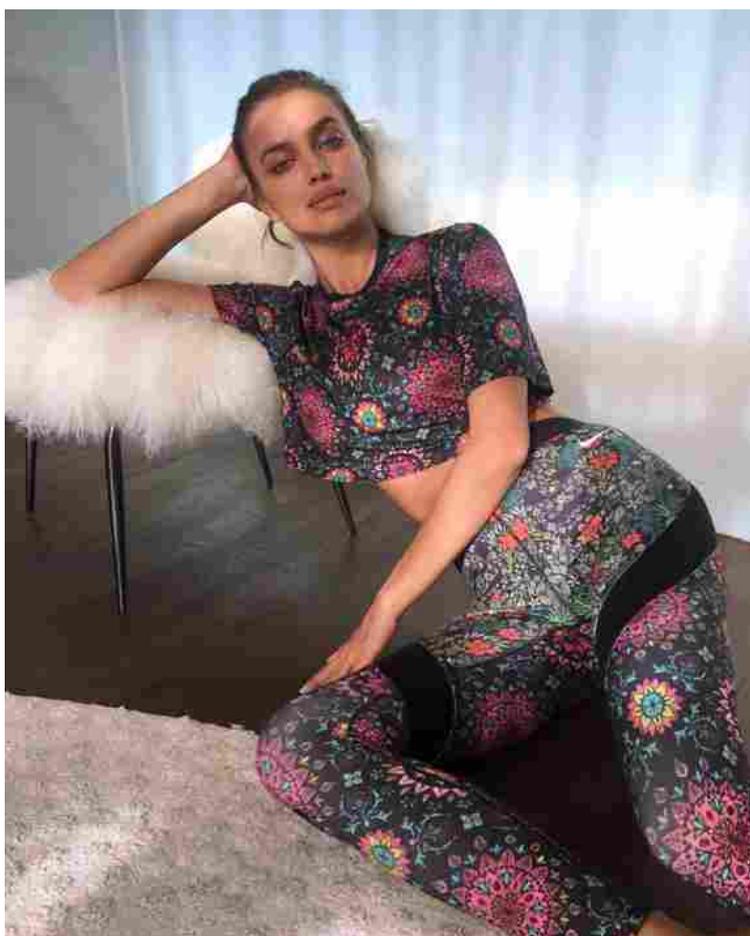
LEGGI TUTTE LE NOTIZIE

Tweets di @iodonnalive

SFOGLIA LA GALLERY



Se il buongiorno si vede dal mattino, in realtà **il primo gesto di bellezza si compie la sera precedente**, quando si punta la sveglia. C'è chi preferisce anticipare, dedicando dieci minuti in più al rituale cosmetico del buongiorno, e chi decide di dormire fino all'ultimo catapultandosi fuori di casa con i segni del cuscino ancora stampati sul viso. È proprio qui che **si gioca la partita del benessere generale** che non mancherà di illuminare la nostra pelle (oltre alla nostra anima). Ne è convinta la **dermatologa Magda Belmontesi**, docente alla scuola superiore di medicina estetica Agorà, a Milano, una che di ritmi convulsi e relative conseguenze, sulla sua e sulla pelle dei propri pazienti, se ne intende. Che fare per capitalizzare quei taumaturgici dieci minuti strappati al sonno? Vediamo step by step i suggerimenti dell'esperta.



Irina Shayk Instagram

ALZA LA BARRIERA

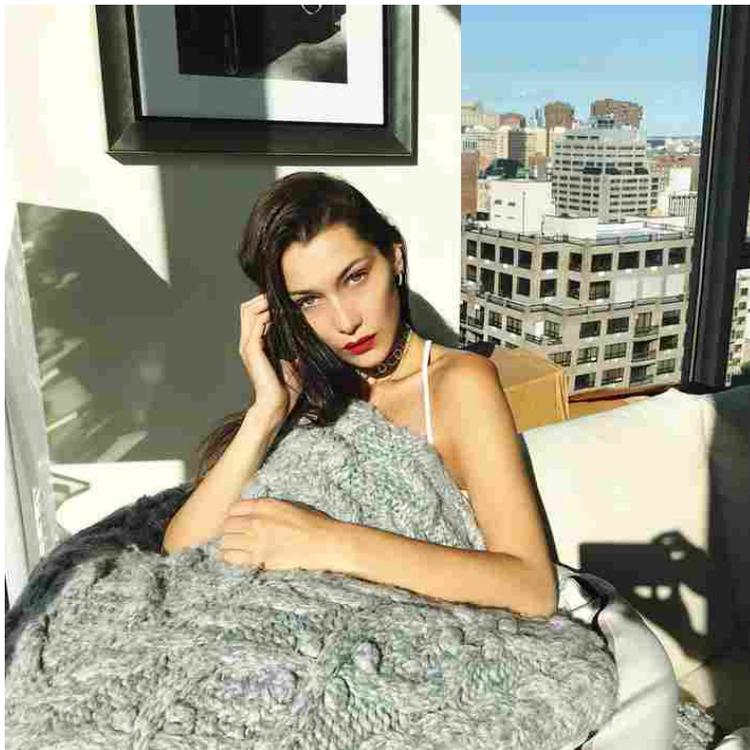
Premessa: se la **pelle è stata adeguatamente pulita e curata la sera precedente**, al risveglio dovrebbe essere già carica per affrontare la giornata. Stiamo parlando della barriera lipidica cutanea e dell'idratazione, con acqua e lipidi che si accumulano naturalmente nell'epidermide durante il sonno. C'è un altro vantaggio, legato al bioritmo: di mattina, la produzione di sebo (la naturale protezione della pelle) aumenta, per poi diminuire nelle ore successive.

Primo passo. latte e tonico (non alcolico) o, volendo, un detergente da rimuovere con acqua. Mai saltare la fase della pulizia, che va fatta sempre, con delicatezza e attenzione.

Secondo atto. applicare un siero antiossidante che aiuta a contrastare

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

i radicali liberi provocati da raggi solari e inquinamento ambientale.
Terza fase, proteggere con una crema idratante scelta in base al tipo di pelle, tassativamente con filtro solare incorporato, spf da 15 a 30.



Bella Hadid Instagram

PREVIENI LA STANCHEZZA

Al risveglio abbiamo tutte un'aria più fresca e riposata, ma con il passare delle ore questo stato di grazia sparirà. Vale per tutte, ma alcune problematiche della pelle più di altre richiedono cure d'anticipo senza aspettare di correre ai ripari la sera.

Pori dilatati e pelle impura vi perseguitano (problematica spesso legata all'andamento ormonale)? Un dispositivo elettronico per la pulizia profonda del viso può entrare a pieno titolo nella vostra routine mattutina. Il momento d'oro per il massaggio del viso con le spazzoline rotanti è dopo la detersione e prima di applicare una crema da giorno ad azione astringente, per esempio con gli acidi della frutta, che aiuta a tenere sotto controllo brufolotti e pelle lucida fino a sera.

Pelle sensibile. Al mattino è meno congestionata per via della temperatura costante nel corso della notte. Ideale per tenere sotto controllo gli arrossamenti causati dagli sbalzi caldo-freddo, è la cosmetica termale. Dal detergente alla crema da giorno, le formule con estratti termali esercitano un'azione lenitiva, alcune con una leggerissima pigmentazione verde effetto camouflage per tamponare il rossore che si potrebbe manifestare con le variazioni climatiche.

Le micro-rughe di espressione il mattino sono meno evidenti, la pelle è più tonica e riposata, perché nella posizione sdraiata la forza di gravità contribuisce a distendere i lineamenti. Ottime in questo caso le formulazioni effetto lifting 12-24 ore, che esercitano un'azione progressiva durante il giorno e aiutano a prevenire i segni di stanchezza la sera.

CREA L'ATMOSFERA

Ascoltare una musica rilassante, sintonizzare la radio sulla trasmissione preferita, sorvegliare un tè: sono piccole attenzioni che

psicologicamente regalano buonumore e, quindi, aumentano l'efficacia del rituale cosmetico. Aromi fruttati, profumi né troppo dolci né troppo speziati, sentori marini o balsamici: spesso sono gli stessi profumi che emanano creme, latti e tonici dedicati alle cure mattutine. Il benessere comincia dal naso.

Ti potrebbe interessare anche...

- ▶ [CREME DI LUSSO: INGREDIENTI RARI E PREZIOSI PER UN VISO A 24 CARATI](#)
- ▶ [SMILE, PLEASE. LE STRATEGIE BEAUTY PER UN SORRISO DA COPERTINA](#)
- ▶ [CORPO: GINNASTICA, CREME E MASSAGGI DI INIZIO INVERNO](#)

Argomenti

[beauty routine](#)[creme mattino](#)[creme viso](#)[creme viso inverno](#)[cura del viso](#)[detersione viso](#)

ARTICOLO PRECEDENTE
Cura del viso: il rituale beauty della buonanotte

ARTICOLO SUCCESSIVO:
Natale 2016: i regali beauty hi-tech, fra tools e app

Nessun commento

Nome

Email*

Commento

Non sono un robot

reCAPTCHA
Privacy - Termini

INVIA IL TUO COMMENTO

* Il tuo indirizzo email non sarà visualizzato

Attualità

[In Primo Piano](#)[Storie e Reportage](#)

Bellezza

[Make Up](#)[Viso e Corpo](#)

Oroscopo

[Giorno](#)[Settimana](#)

I nostri siti

[Abitare](#)[Amica](#)