

NETWORK

ELLE

DOMENICA, 15 MARZO 2015 12:22:56



Lettera



CERCA SU LETTERA DONNA >>



HOME ATTUALITÀ MODA BELLEZZA SALUTE ALIMENTAZIONE BENESSERE SESSO MAMME CELEBS LAVORO

GALLERY VIDEO

Mi piace

2

Tweet

1

g+

0

Share

BELLEZZA

PELLE SEMPRE GIOVANE IN SETTE MOSSE

di Stefania Maroni

Trattamenti all'avanguardia e buone abitudini per una carnagione fresca e luminosa a tempo indeterminato.

Levigata, uniforme e compatta: è l'identikit di una **pele** giovane. Che oggi può mantenersi tale senza limiti di età. Grazie ai risultati emersi da recenti **scoperte scientifiche** e ai progressi in campo dermatologico, infatti, disponiamo di tutte le informazioni e gli strumenti necessari per combattere i segni dell'**età**.



PULIZIA QUOTIDIANA SCRUPOLOSA

Secondo i dermatologi della Mayo Clinic di Boston è il trattamento basic per preservare la freschezza della pelle. Gli specialisti consigliano di procedere così: massaggiare su viso e collo il latte detergente, rimuoverlo con un panno in microfibra umido, infine sciacquare con abbondante acqua tiepida.

COSMETICI SKIN COPY

Usati regolarmente, mattina e sera, assicurano una visibile azione anti-età: sono i cosmetici di ultima generazione, in grado di riprodurre e supportare i processi biologici connessi all'attività cellulare. Obiettivo reso possibile da principi attivi non solo ultrafunzionali, ma anche micronizzati, per garantirne il massimo assorbimento (nella

VIDEO

INCINTA CON UN SEX-TOY



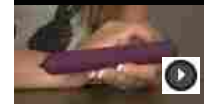
UN INVERNO IN TUTA



ELEGANZA A PORTATA DI MANO



SELFIE DENTRO



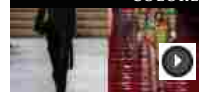
MAMMA DA PASSERELLA



VESTIRSI COI CARTOON



QUESTIONE DI COLORE



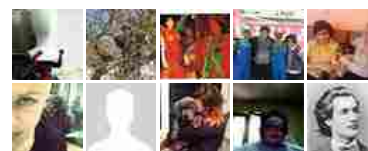
f



LetteraDonna

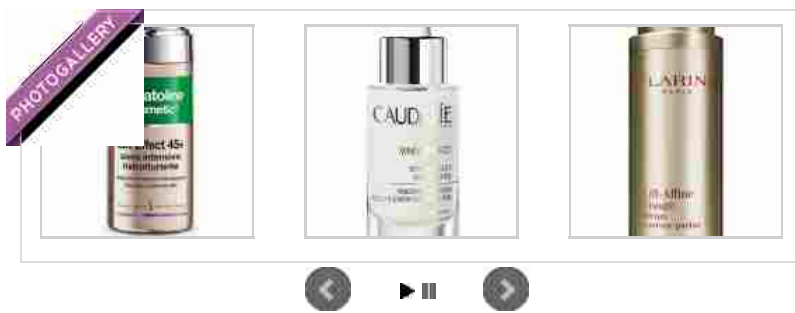
Mi piace

LetteraDonna piace a 3.611 persone.



Plug-in sociale di Facebook

gallery, una selezione delle novità).



FACE GYM TONIFICANTE

Con il passare degli anni, i muscoli del viso perdono tono e tendono ad allungarsi, quindi non hanno più la capacità di fornire alla pelle un sostegno adeguato. Come mantenerli elastici? «Il metodo più semplice è la ginnastica facciale» ha suggerito Antonino Di Pietro, presidente fondatore dell'associazione di dermatologia plastica Isplad. Per allenarli in modo corretto, conviene seguire le indicazioni di un manuale specifico. L'ultimo uscito è Fit&Face di Silvia Pengo (Rizzoli).

TRATTAMENTI ANTI-AGE INTEGRATI

Dopo i 45 anni, la pelle diventa più esigente. I cosmetici, quindi, vanno integrati con microiniezioni rivitalizzanti. Ben collaudati i mix di aminoacidi, acido ialuronico e vitamine. Ha debuttato da poco, invece, il collagene equino, ma è altrettanto sicuro e promette meraviglie. «Quando è il caso, poi, niente vieta di riempire rughe e depressioni con filler riassorbibili, che oggi garantiscono una durata fino a 8-10 mesi», aggiunge [Magda Belmontesi](#), docente della Scuola Superiore di medicina a indirizzo estetico Agorà di Milano.



VIETATISSIMA LA PIGRIZIA

In base a uno studio condotto da alcuni ricercatori della McMaster University, in Ontario (Canada), se praticata con costanza e regolarità, l'attività fisica può ringiovanire la pelle di parecchi anni (fino a 20), rendendola più elastica e compatta. Il merito sarebbe delle miochine, sostanze sintetizzate dai muscoli quando sono sotto sforzo, che influiscono positivamente sui tessuti cutanei. Gli effetti si notano dopo tre mesi di allenamento.

MASSIMA PROTEZIONE DAI RAGGI UV

È l'unico sistema per prevenire le macchie scure. I raggi solari, infatti, stimolano la produzione di melanina che, con il passare degli anni, è soggetta a squilibri, responsabili di antiestetiche discromie nelle parti più esposte. Nella crema da giorno, quindi, i filtri UV sono d'obbligo. Una volta comparse, le macchie si possono attenuare con cosmetici ad hoc o eliminare con il nuovissimo Picosure laser, tanto potente da rimuovere perfino i



I PIÙ LETTI

24 ore

Settimana

Mese

[È incinta, ma la pancia dov'è?](#)

[Sesso anale, se il piacere è tabù](#)

[Selfie dentro](#)

[Maroni come castagne](#)

[Incinta con un sex-toy](#)

[Lady Lega prima di Elisa](#)

[La Rosa di Rocco](#)

[Sesso, in Germania si fa sul serio](#)

[La vera bellezza? Accettarsi](#)

[Riprendersi dalla sbornia in 8 step](#)

COMMENTI

[Lineablu su 50 sfumature di ciak](#)

Sono capitata per caso in questa pagina...ma chi ha scritto l'art ...

[Dr. Febo Artabano su Domatrice della rabbia in 5 mosse](#)

Ottimi consigli. L'ideale comunque rimane affidarsi a uno Psicote ...

[Stefano su Lo Stato del Montana contro i leggings](#)

La cosa veramente straordinaria è come abbiate potuto prendere p ...

[Egidio Sironi su Ho 60 anni e sono sexy così](#)

quel tale Claudio Donini, che da dallo stile in cui scrive, è si ...

[Assardo su Verginità addio con un pennone multicolor](#)

Salve. Non conosco Valentina, ma il suo articolo va nel senso de ...

[Rossella su Roma a luci rosse](#)

Per quanto mi riguarda sono contraria a quella che reputo una for ...

[Giuseppe Zarbo su Roma a luci rosse](#)

fatelo pure per la libera mariuana

tatuaggi.

LUNGI SONNI TRANQUILLI

Dormire saporitamente per almeno sette ore ogni notte prolunga la giovinezza della pelle. È quanto ha dimostrato uno studio pubblicato sulla prestigiosa rivista inglese Clinical and Experimental Dermatology. Non solo: dalla ricerca è risultato anche che un sonno di buona qualità migliora la percezione del proprio aspetto.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Publicato in: **BELLEZZA, CORPO, FOTO, GALLERY, PRODOTTI, VISO** Argomenti: **PELLE, PELLE GIOVANE, PRODOTTI CORPO, PRODOTTI PELLE, VISO** Data: 15-03-2015 10:00 AM

POTREBBE INTERESSARTI ANCHE...



Star in vestito trasparente: le 25 foto più sexy dal red carpet (Elle)



Autostima: 10 cose da non dire ai bambini (Excite Salute)



Solleva pesi con la Iolanda



Divisa di lingerie



Cyberbullo, ti evito in 10 mosse

Powered by

LASCIA UN COMMENTO

Nome (obbligatorio)
 Mail (che non verrà pubblicata) (obbligatorio)
 Sito web



Codice CAPTCHA*

Invia commento



MODA

Fashion
 Stile
 Accessori
 Sfilate
 Protagonisti
 Video
 Gallery

BELLEZZA

Viso
 Corpo
 Capelli
 Make-up
 Profumi
 Copia la star
 Crea il tuo look
 Gallery

SALUTE

Corpo & Mente
 Cure dolci
 Fertilità
 Menopausa
 Video
 Gallery
 Lavoro

ALIMENTAZIONE

Mangiar sano
 Perdere peso
 Disturbi alimentazione
 Ricette
 Video
 Gallery