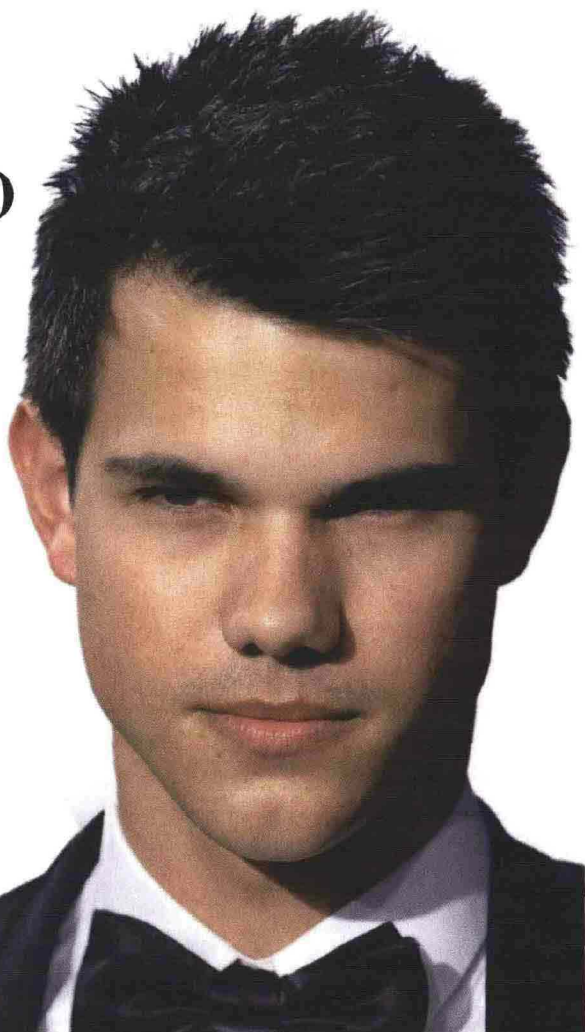


Ferma il tempo

LE ESIGENZE DELLA TUA PELLE SONO DIFFERENTI SE HAI VENTI, TRENTA O QUARANT'ANNI (E PIÙ)

LA TUA FACCIA DICHIARA I TUOI ANNI MOLTO PRIMA DI TE. Ma tu puoi attenuare i segni del tempo e delle notti brave con i tuoi amici (e le tue amiche). Come? Ecco un piano d'azione diviso sulla base dell'età che hai. Basta poco: solo un paio di indicazioni pratiche e due prodotti fondamentali. E ora leggi e poi segui fedelmente i suggerimenti della dottoressa Magda Belmontesi, dermatologa di Milano. Ti aiuteranno a passare indenne dagli anni

I nostri modelli:
Taylor Lautner (20 anni),
Ryan Reynolds (35 anni),
Brad Pitt (48 anni)



20

IL PROBLEMA Finora i segni l'acne, presto anche i danni del sole.



LA SOLUZIONE
Schermo solare: al mattino applica una crema con SPF 15 (o più) per idratare il viso e proteggerlo dai raggi ultravioletti. *Lancaster Sun beauty Silky touch cream (50 ml, € 30)*

Detergente: preveni i brufoli con un detergente. Evita gli scrub troppo ruvidi, che possono addirittura stimolare la produzione di sebo, se li passi con troppo vigore. Un detergente esfoliante che funziona anche senza olio di gomito. *Shiseido Men Deep cleansing scrub (125 ml, € 27,50)*

IL PROGRAMMA È il momento di prevenire le rughe. Cerca di dormire sulla schiena per evitare che la pelle del viso resti corrugata e schiacciata dal peso della testa. E non strizzare gli occhi: metti gli occhiali se ti servono.

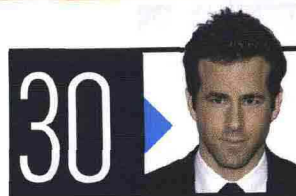
SPIANA LA PELLE CON IL VAPORE Una strategia di bellezza per tutte le età

«Le condizioni della pelle e l'esordio delle rughe dipendono anche dall'aria che ti circonda», dice il professor Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano, presidente dell'International Society of Plastic and Aesthetic Dermatology. Che consiglia di usare un umidificatore a ultrasuoni ad aria fredda, soprattutto di notte, quando la pelle tende a disidratarsi. Prova il modello Baby Health HI3006 di Laica (€ 49,90).



Foto: OLYCOM, MILESTONE, ANSA

WWW.MENSHEALTH.IT



30

IL PROBLEMA Lavori, lavori, lavori. E appaiono (coincidenza?) i primi segni del tempo. Vedrai macchie e rughe sottili.



LA SOLUZIONE
Contorno occhi: ogni mattina, applica una crema che contiene ingredienti in grado di stimolare la crescita cellulare e la produzione di collagene per irrobustire la fragile struttura della pelle intorno agli occhi. *BioNike Man Contorno occhi (15 ml, € 19,50)*.



Esfoliante: tratta il viso prima di andare a dormire. Minuscole particelle delicate eliminano le impurità e le cellule morte all'origine del colorito spento e portano alla luce la pelle nuova. *Biotherm Homme Desincrustant visage (150 ml, € 32)*

IL PROGRAMMA Riduci le tue abitudini disidratanti di quando eri più giovane (apporto di sale, alcool). E abbattendo le ore piccole, ridurrai le tue occhiaie.



40

IL PROBLEMA La pelle perde elasticità e le rughe sono più profonde. Le linee sottili dei 30 anni diventano crepacci.



LA SOLUZIONE
Antiossidante: oltre allo schermo solare, usa una crema alla vitamina C per proteggere la pelle dai dannosi radicali liberi generati da sole e inquinamento. *L'Oréal Men Expert Hydra Energetic Crema idratante anti-fatica (50 ml, € 7,50)*.



Crema per la notte: leggera, stimola le cellule cutanee a riprodursi mentre riposi. *Collistar Linea Uomo Crema notte rigenerante (50 ml, € 39,30)*.

IL PROGRAMMA Vai dal dermatologo per farti consigliare trattamenti e controllare la pelle contro macchie cancerose. I trattamenti esfolianti (dai peeling chimici ai trattamenti laser) possono ringiovanirti il viso.

LUGLIO 2012 MH 035