

→ **BEAUTY**

VIVA LA FRESCHEZZA

DEODORANTI, SALVIETTINE E DETERGENTI PER COMBATTERE CALDO E SUDORE

Anche la freschezza ha... il suo colore. Bianco, azzurro, verde... ovvero quello che ognuno di noi associa a una sensazione di benessere e leggerezza. Ma scegliere un deodorante, che della freschezza è il primo «garante», non è un gesto banale. Specie in estate. «Se la sudorazione è normale, ottimo un prodotto batteriostatico: a lunga durata, riduce la proliferazione dei batteri, responsabili del cattivo odore, senza alterare troppo la flora batterica», spiega **Magda Belmontesi**, dermatologa a Milano e Vigevano e docente al master di Medicina estetica all'Università degli Studi di Pavia. «Il sudore è sgradevole? Può essere opportuno ricorrere a un deodorante battericida, in grado di agire in modo più radicale sulla flora batterica. Va usato solo in caso di effettiva necessità e, comunque, per periodi limitati, perché può scatenare reazioni allergiche. Se, invece, l'odore è particolarmente acre, funzionano i deo assorbenti: arricchiti con derivati dello zinco eliminano, appunto, gli effetti della degradazione enzimatica, intervenendo sulla combinazione tra acidi grassi e sudore e impedendone la liberazione nell'ambiente». Sudi poco e solo quando fa molto caldo? «Scegli un deodorante senza principi attivi, ma con sostanze aromatiche. Non elimina le cause del problema, ma maschera, seppur per breve tempo, i cattivi odori», conclude l'esperta. Attenzione, però. Questi prodotti, anche i più delicati, vanno applicati non più di due volte al giorno, per non alterare l'equilibrio idrolipidico. E mai dopo la depilazione, qualunque sia il metodo prescelto (crema, rasoio, epilatore o ceretta).

L'ENERGIA VIENE DALL'ACQUA

La freschezza, si sa, è anche sinonimo di doccia. Soprattutto d'estate. Ecco tre semplici astuzie per renderla più efficace.

- Usa soltanto detergenti delicati e poco schiumogeni, meglio se arricchiti con attivi idratanti ed estratti vegetali. E non abusare della doccia, anche perché una al giorno dovrebbe bastare. Altrimenti

rischi di disidratare la pelle, eliminando così il film idrolipidico che la protegge dagli agenti esterni.

- Al termine, abbina spugnature fredde a massaggi sulle estremità con il «telefono» della doccia. Variando (senza eccessi) la temperatura dell'acqua: il passaggio dal caldo al freddo stimola, infatti, la circolazione, facilita il ritorno del sangue venoso, tonifica i tessuti, prevenendo la comparsa di smagliature.
- Infine, reidrata la pelle con creme, latti od oli mirati a base di oli vegetali se è secca; di vitamine, acido ialuronico, collagene e principi antiossidanti se è matura; escina, ginkgo biloba, edera o betulla, in caso di cellulite; equiseto e derivati del silicio per combattere la perdita di elasticità. Puoi arricchire la texture, con due e o tre gocce del tuo olio essenziale preferito.



A ognuno il suo alleato anti-afa

1. DEO & GO SALVIETTINE ANTIDODORANTI di Lycia (10 bustine monodose, 4,90 €, grande distribuzione e farmacia): pronte all'uso e comode per i viaggi, garantiscono 48 ore di protezione grazie a un esclusivo sistema antidodorante.

2. DERMO DEFENSE 5 FRESH DEO STICK di Neutromed (50 ml, 2,39 €, grande distribuzione e drugstore) vanta 5 azioni: anti-odore, effetto asciutto, extra-delicatazza per ogni tipo di pelle, prevenzione efficace delle irritazioni e salvaguardia del naturale equilibrio cutaneo.

3. FANTASY DEODORANTE di BeDeo (150 ml, 1,29 €, MD Discount e LD Market): grazie alla profuma-

zione delicata assicura una piacevole sensazione di benessere per tutta la giornata. Testato dermatologicamente.

4. GOCCE DI NATURA BAGNOSCHIUMA di Botanika (500 ml, 1,99 €, MD Discount e LD Market) deterge con delicatezza grazie alla presenza di olio puro di argan. Senza sles e les, allergeni da profumo e coloranti sintetici.

5. GO FRESH BAGNO-DOCCIA NUTRIENTE di Dove (500 ml, 3,9 €, grande distribuzione e drugstore): al profumo di melograno ed erba cedrina, vanta una nuova formula, ancora più morbida e idratante, in grado di rispettare l'equilibrio cutaneo.

