

Bellezza/SOLUZIONI FACILI

PELLE PERFETTA prima dei party

Tre milioni per centimetro quadrato: tante sono le cellule cutanee che costituiscono la pelle (l'organo più esteso del corpo umano). Un numero incredibile che, fra l'altro, è in continua evoluzione. «Le cellule cutanee si rinnovano ogni 4-6 settimane: quelle vecchie risalgono verso la parte più esterna dell'epidermide per lasciare spazio a cellule nuove, più attive e funzionali», spiega il professor Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano. Se vogliamo favorire il naturale turnover cellulare, utilizziamo uno scrub, cioè un prodotto esfoliante che porta via le impurità e le cellule morte sulla superficie cutanea. Poi, per ripristinare il film idrolipidico messo a dura prova dall'effetto "gratuglia" dell'esfoliazione, applichiamo un olio nutriente o una crema idratante. «L'acqua, che costituisce il 70% della pelle», spiega ancora il dermatologo, «è indispensabile per il suo benessere e la sua bellezza. Ne regola il pH, elimina le tossine, stimola il ricambio cellulare, combatte l'invecchiamento cutaneo e lubrifica i tessuti».

Pronte a brindisi e cenoni? Per indossare il vestito da sera è fondamentale avere un'epidermide liscia e splendente. Ecco le due mosse giuste per renderla subito morbida, radiosa e seducente *di Aurora Boccuni*

Esfoliare CON I GRANULI ANTI-IMPURITÀ

1 I tempi dello scrub. «L'ideale è farlo ogni 7-10 giorni, o 15-20 se la pelle è delicata», spiega la dermatologa **Magda Belmontesi**. Appliciamolo con delicati movimenti circolari dei polpastrelli, insistendo sulle zone più ruvide, cioè gomiti, ginocchia e talloni. «Se compaiono rossori, significa che stiamo strofinando in modo troppo energico e quindi stiamo mettendo a dura prova il film idrolipidico».

2 Massaggio energetico. Oltre a stimolare la microcircolazione e a ossigenare la pelle, con le finissime sferule tonifichiamo la cute e alleviamo le tensioni muscolari.

3 Alla fine, doccia purificante Per eliminare i microgranuli, usiamo il getto dell'acqua. Abbinato all'azione meccanica dei granuli, porta via le impurità lasciando la pelle pronta ad assorbire meglio i prodotti idratanti.



È ai sali marini il trattamento scrub levigante di Somatoline Cosmetic (600 ml, 28 €). Arricchito di preziosi oli essenziali: Hammam scrub di Tesori d'Oriente (300 ml, 5,46 €).

Nutrire CON LA POTENZA DEGLI OLI VEGETALI

1 Dissetare e ammorbidire l'epidermide. Gli oli sono perfetti per ripristinare il film idrolipidico che inevitabilmente viene un po' compromesso dall'esfoliazione. Ricchi di grassi vegetali affini a quelli cutanei, penetrano in profondità e dissetano la pelle, lasciandola liscia, morbida e super splendente.

2 Asciugarsi con cura. «Dopo la doccia, tamponiamo la pelle con una salvietta, senza trascurare nessuna zona», avverte il professor Di Pietro. Il motivo? «L'acqua residua favorisce l'evaporazione delle riserve idriche presenti nella cute, inaridendola».

3 Quale olio? Tra i più usati ci sono quello di Argan, supernutriente, quello di sesamo, particolarmente ricco di vitamina E, quello di mandorle, tra i migliori alleati per l'elasticità cutanea. Oppure, possiamo usare formule più sofisticate che sono mix di oli dalle diverse proprietà.

A base di oli di estratti puri di piante, rassoda la pelle: Huile Tonic di Clarins (100 ml, 46,40 €). Protegge e lenisce la pelle l'Olio Prezioso All-Repair di Labcare (100 ml, 19,50 €).



SCRUB FAI DA TE

Dopo aver versato un po' di sale in un contenitore, aggiungiamo un cucchiaio di olio d'oliva e mescoliamo per formare un impasto uniforme. Appliciamolo sul corpo e massaggiamolo con molta delicatezza. Dopo averlo tenuto in posa per qualche minuto, sciacquiamo con acqua tiepida. In alternativa, per ottenere la stessa azione levigante, possiamo anche usare un guanto di crine.