

Bellezza/LA NUOVA COSMESI

Cambio di stagione per il beauty case

Quando le giornate si fanno più lunghe e più tiepide, togliamo le creme corpose dai nostri kit e facciamo spazio a prodotti per levigare, illuminare, idratare e proteggere la pelle dai radicali liberi e dai raggi solari. In queste pagine, *Salute* ci suggerisce che cosa fare e quali formule usare, senza dimenticare qualche idea solo per lui **di Aurora Boccuni**

L'inverno ha lasciato i suoi segni sulla nostra pelle, che adesso appare spenta, grigia, poco luminosa, con impurità e pori dilatati. Colpa delle basse temperature, dell'inquinamento e degli impianti di riscaldamento, ma anche delle creme antifreddo, grasse e corpose, che tendono a occludere i pori. Senza contare che i residui delle macchie dell'estate precedente, non del tutto scomparsi, sono responsabili di un colorito disomogeneo. Come ritrovare un incarnato luminoso e uniforme? Cominciamo con una pulizia accurata.

Esfolianti

Levigare è la prima operazione di bellezza per ottenere un viso luminoso e omogeneo, senza ombre e impurità.

TEMPO DI GRANDI PULIZIE

«Il gommage o la maschera con microgranuli si fanno una volta alla settimana e hanno il compito di rimuovere detriti cellulari, residui di crema e i pori dilatati, specialmente nella zona a T (cioè fronte-naso-mento), dove

le ghiandole sebacee sono più grosse e più numerose», spiega la dottoressa **Magda Belmontesi, dermatologa**. «L'ideale è usare il prodotto esfoliante non più di una volta alla settimana, altrimenti lo strato corneo si assottiglia e la pelle si arrossa e si disidrata», continua la specialista. «Ovviamente, senza trascurare la detersione quotidiana con latte più tonico per chi ama la tradizionale pulizia del viso, con un gel detergente da risciacquare per chi ha la pelle mista o grassa, oppure con un'acqua micellare per chi ha la cute particolarmente sensibile», raccomanda la dottoressa Belmontesi.



← Per viso, collo e décolleté: **Maschera Peel Off Levigante di Nivea (2 dosi da 7,5 ml, 2,06 €)** si tiene in posa per 10-15 minuti, poi si sciacqua. Esfolia la pelle e dà un'immediata sensazione di freschezza.



← **Gel Esfoliante Energizzante Pure Active Fruit Energy di Garnier (150 ml, 6,99 €)** è un cocktail ad azione purificante e rivitalizzante a base di melograno, pompelmo e vitamina C. Riduce il diametro dei pori ed elimina le impurità.



← Per la pulizia quotidiana è perfetta l'**Acqua micellare Equilydra di Lichtena (200 ml, 13,50 €, in farmacia)**. Deterge, strucca e idrata con un solo gesto, e non si deve sciacquare. Senza alcol, saponi e parabeni, va bene per le pelli sensibili.

PER ELIMINARE LE IMPURITÀ DI VISO E CORPO SONO PERFETTI I GUANTI DI SPUGNA. USALI INUMIDITI CON ACQUA TIEPIDA, FACENDO DELICATI MOVIMENTI CIRCOLARI



← Adatta a tutti i tipi di pelle, la crema esfoliante **Gommage Douceur Viso di Lierac (50 ml, 21 €)** si applica con lievi massaggi sulla pelle inumidita e poi si sciacqua. Contiene argilla bianca, lenitiva, e fiori di lino, detossinanti.

SunrayPhoto

MARZO 2014 SALUTE 45

Bellezza/LA NUOVA COSMESI

Antiossidanti

Sono composizioni cosmetiche studiate per neutralizzare i radicali liberi, atomi o molecole che causano lesioni a livello cellulare facendo invecchiare la pelle.

LA FORMULA DELL'ETERNA GIOVINEZZA

ancora non esiste, ma questi gel, sieri e creme si avvicinano molto all'obiettivo di ridurre ai minimi termini i segni dell'età, per merito del loro contenuto di sostanze antiage come le vitamine A, C ed E. «Senza contare che, oltre alla loro azione ferma-tempo, gli antiossidanti hanno il merito di potenziare fino a otto volte l'azione protettiva dello schermo solare, sempre più importante quando le giornate si allungano», informa la dottoressa Belmontesi. Si applicano al mattino prima della crema idratante.

Corpo tonico e scattante

Costretto nei vestiti pesanti per tutto l'inverno, ora anche il fisico vuole uscire allo scoperto.

Prepariamolo con uno scrub come **Gommage doux corporel di Eau Thermale Avène** (200 ml, 19,06 €). L'alternativa fai da te: un vasetto di yogurt intero più un etto di mandorle tritate. Per idratare e rassodare:

Crema smagliature di Rilastil (125 ml, 28 €), ad azione emolliente ed elasticizzante.



← La crema anti-età **XYY Xtend Your Youth di Dr. Brandt** (50 ml, 55,90 €) contiene tè verde, tè bianco, semi di uva, che garantiscono 12 ore di protezione dai radicali liberi e dagli agenti esterni, oltre a rendere la pelle più compatta.

↓ **Biotin Complex di Diego Dalla Palma** (3 flaconi da 13 ml, 69 €)

è un trattamento d'urto in tre fasi a un'alta concentrazione di vitamina C, uno dei più potenti antiossidanti.



In pratica, una sorta di "integratore" per la pelle, che nel giro di 30 giorni rende il viso più tonico, splendente e uniforme.

→ **Skin Trainer Siero Rigeneratore di Giovinezza di Kiko**

(40 ml, 22,90 €) allena la pelle ad aumentare la sua capacità di rigenerazione.

La creatina dà energia alle cellule, mentre l'acido ialuronico idrata a fondo.



→ Un concentrato di aloe, che stimola la produzione di collagene, alghe marine, fonti di minerali e nutrienti, ed erbe anti-età, tra cui l'equiseto, pianta ricca di vitamina C.

Antioxidant Face Gel di The Organic Pharmacy

(35 ml, 75 €) ripara e ridensifica la pelle.



SunrayPhoto

www.ecostampa.it

095256

**UN RIMEDIO NATURALE
PER CANCELLARE
I SEGNI DI STANCHEZZA
DAL VISO? IMPACCHI DI
INFUSO DI CAMOMILLA**



Idratanti

Oltre a bere tanta acqua e mangiare frutta e verdura per avere scorte idriche, usiamo creme mirate. Meglio se con filtro UV da 15 a 30.

PER MANTENERE IL VISO GIOVANE

«Per il giorno, scegliamo un idratante leggero con acido ialuronico e con filtro solare da 15 a 30 per riflettere o catturare l'energia degli UV, in modo da prevenire l'invecchiamento e le discromie cutanee», dice il professor Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano. Alla sera, si a creme con alfaidrossiacidi, che riattivano il turnover cellulare. Per chi ama le soluzioni casalinghe, il professor Di Pietro suggerisce di applicare l'olio di lino, che ricompatta le cellule cornee e migliora l'idratazione profonda dell'epidermide durante la notte.

Uomini allo specchio

Aria fresca anche per lui. La prima parola d'ordine è esfoliare, per dare un aspetto fresco al viso. Perfetto il gel schiumogeno **Nettoyant Exfoliant di Clarins Men (125 ml, 26,50 €)**. Poi, per mantenere la pelle giovane, un'idea è sostituire il solito dopobarba con un gel antietà. Un nome: **Age Fitness Advanced di Biotherm Homme (50 ml, 59 €)**, che incrementa la produzione di proteine aumentando la tonicità.



← Formulato per le donne di 30 e 40 anni, **Serum-in-cream giorno Skin Best di Biotherm (50 ml, 61,40 €)** è un concentrato di principi attivi che corregge la grana della pelle e protegge dalle prime rughe sottili.



↑ Ecco una specialità cosmetica che fornisce alla pelle tutto quello di cui ha bisogno durante il giorno. **Superdefense SPF 20 di Clinique (50 ml, 53 €)** è un idratante che in più protegge dal sole e rinforza la barriera cutanea.

↓ Oltre a proteggere dai raggi solari e dagli altri attacchi esterni, la **Crema Hydro-protettiva antinquinamento SPF 20 di Collistar (50 ml, 34,30 €)** fortifica la pelle dall'interno. Grazie all'olio di argan, nutre e rende la cute elastica.



→ Per le trentenni che ambiscono a un incarnato senza imperfezioni, cioè senza macchie e senza rossori, c'è il **Siero concentrato correttore pelle perfetta Skin Perfection di L'Oréal (30 ml, 15,49 €)**. La sua formula restringe i pori e favorisce il rinnovamento cellulare.

