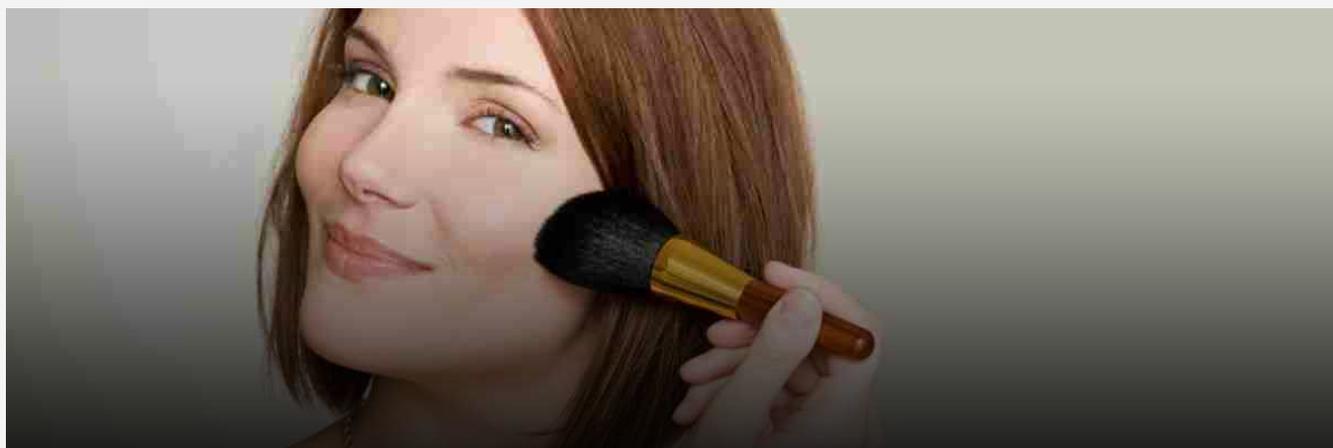




[Home](#) | [Beauty](#) | [Viso](#) | [Viso: come rimediare a occhiaie, stanchezza, imperfezioni](#)



## Viso: come rimediare a occhiaie, stanchezza, imperfezioni

Un bicchiere di troppo, un salto di fusi orari, una notte insonne, ore sotto i raggi Uv: rimedia subito con cosmetici e make up

iStock



di Eleonora Gionchi

Il jet-lag dopo un **lungo viaggio**, le conseguenze di una **serata tra amici** in cui hai ecceduto un po' con l'alcol, **una notte trascorsa praticamente insonne** causa rumore o zanzare, le **troppe ore passate sotto al sole**... A chi non è mai capitato di vivere almeno una di queste situazioni? Tutto il nostro organismo subisce uno shock e ha bisogno di riprendersi, soprattutto **il viso che appare improvvisamente più segnato**, con una pelle spenta, quasi grigiastra.

Per questo i rimedi, sia cosmetici sia di maquillage, puntano su una **routine basata sull'illuminazione**, sul ripristino della riserva d'acqua e di nutrimento, su **prodotti freschi e dalla formulazione semplice**, che riescono a "tirare su" immediatamente, facendoti ritrovare la forma e la bellezza.

## HAI FATTO UN LUNGO VIAGGIO

**Jet-lag** è un termine inglese ormai entrato nel linguaggio comune: è la **sensazione di straniamento** che il corpo (ma anche la mente) sperimenta dopo un viaggio aereo con cambio di più fusi orari.

«Ma la **pelle può sembrare provata e spenta** anche dopo un lungo tragitto in macchina o in treno», osserva la dermatologa **Magda Belmontesi**. «Inizia da una buona detersione, per esempio con un'acqua micellare, che con i suoi tensioattivi delicati elimina le impurità. Successivamente **puoi spruzzare dell'acqua termale**, che ha differenti proprietà a seconda della fonte dalla quale proviene, ma che in ogni caso rimineralizza, lenisce i piccoli arrossamenti, rinfresca».

In alternativa scegli una **mist: sono cosmetici di nuova generazione** che si spruzzano sul viso e che contengono antiossidanti e vitamine. «Come l'acqua termale, **puoi conservarle in frigorifero** per un effetto tonificante», precisa la dermatologa.

### Truccati così

«Vietato il trucco pesante», avverte **Alessio Giovannelli**, make-up artist. «Un maquillage "costruito" su occhi e bocca, un fondotinta molto coprente, non fanno che **enfaticizzare il volto stanco e il colorito spento**. Scegli prodotti leggeri, un fondotinta fluido o anche una CC cream, per **ottenere un aspetto naturale**. E per nascondere occhiaie e segni mescola un po' di correttore o di fondotinta a un fluido illuminante», conclude l'esperto.

## HAI ESAGERATO AL SOLE

Hai voluto approfittare al massimo dei raggi, **non ti sei protetta in modo adeguato** e ora ti ritrovi con la **pelle arrossata, congestionata, caldissima** già al tatto.

Gli ingredienti da scegliere saranno freschi, capaci di **attenuare sia il disagio termico, sia i rossori**. «Quindi via libera a creme e gel che contengono in dose elevata **hamamelis, aloe vera, menta**, capaci di donare un sollievo immediato», raccomanda la dottoressa Belmontesi. «Ma è importante anche aiutare l'epidermide a **ricostruire la barriera cutanea danneggiata**

**Autan**  
Goditi ogni momento, senza zanzare.  
SCOPRI DI PIÙ  
Autan  
Protezione contro le zanzare per tutta la famiglia.  
Usare i blocchi con cautela. Prima dell'uso leggere sempre l'etichetta e le informazioni sul prodotto.



Il suono della pelle

## LEGGI ANCHE



Viso: come rimediare a occhiaie, stanchezza, imperfezioni



Fondotinta ad alta protezione: i 4 migliori



Acque micellari: le 4 migliori



Mascara: tutto ciò che c'è da sapere

Chiedi a Starbene.it

Titolo della domanda



dall'esposizione prolungata, per esempio, con creme a base di ceramidi». Ovviamente, in caso di eritema solare vero e proprio questi accorgimenti non bastano: rivolgiti al medico per evitare peggioramenti.

#### Truccati così

«Se l'arrossamento è leggero e non c'è eritema (che richiede, come abbiamo visto, un intervento più specifico), **puoi puntare su una CC cream**, eventualmente anche studiata appositamente per questo problema, ossia con una pigmentazione verde che corregge il rosso», dice il make up artist Alessio Giovannelli. «In alternativa, puoi utilizzare un **fondotinta fluido molto idratante**, a base di acido ialuronico, così da mantenere la pelle morbida per tutto il giorno».

Nel caso in cui sotto il rossore ci sia già un po' di abbronzatura, **ok a una terra che "confonda" le idee**, accentuando la tintarella. **In ogni caso, no alla cipria**. «Si invece a puntare l'attenzione sugli occhi, con un **trucco sofisticato e un mascara allungante**, così da aprire bene lo sguardo e distogliere l'attenzione dal colorito disomogeneo», consiglia il truccatore.

#### HAI PASSATO UNA NOTTE IN BIANCO

Che sia stata colpa di una zanzara o di una serata di divertimento con gli amici, **la mattina pagherai la mancanza di sonno e riposo**.

Inizia con un tonico lenitivo, come per esempio l'**acqua di rose**: passata delicatamente sul viso agisce sui capillari eliminando così il rossore. «Continua con una **maschera nutriente**, o anche con un impacco di una **crema con acido ialuronico**, molto idratante, così da ridonare compattezza alla pelle, o a base di salvia e menta, rinfrescanti», consiglia la dermatologa. «Poiché è molto probabile che siano soprattutto gli occhi a risentire della situazione, puoi agire con uno shock termico: **avvolgi un cubetto di ghiaccio in una velina e passalo sul contorno oculare**. Stimolando la microcircolazione, ti aiuterà a drenare i liquidi che si sono depositati dando origine a borse e occhiaie».

In alternativa, **puoi utilizzare anche i patch specifici** per sgonfiare la parte, anche da tenere prima in frigorifero.

#### Truccati così

«Segui le **stesse indicazioni date per il jet lag**, e se le occhiaie sono particolarmente intense utilizza un correttore leggermente aranciato, che contrasta il bluastro», suggerisce Alessio Giovannelli.

#### HAI ECCEDUTO CON L'ALCOL

In inglese c'è un **termine preciso per indicare il "doposbronza": hangover**. «È un disagio che non colpisce soltanto il viso, ma tutto l'organismo», osserva la dermatologa. Quindi anche il corpo ha bisogno di **essere drenato e decongestionato dall'alcol in eccesso**, e il modo più semplice è bere tanto, perché l'alcol disidrata, ma questa volta acqua naturale e tisane depurative, per esempio a base di tè rosso, tarassaco, finocchio.

( max 100 caratteri )

LE RISPOSTE DEI NOSTRI ESPERTI



Medicina Dolce  
Dott. Emilio Minelli

Tutte le domande

Tutti gli esperti

Cerca tra le domande già inviate

Cerca nelle risposte



NEWSLETTER

Vuoi ricevere la nostra newsletter?

Inserisci la tua email

Invia >

«Per quanto riguarda il viso, oltre ad applicare **patch drenanti sugli occhi**, come indicato dopo una notte in bianco, utilizza dei **cosmetici ricchi di antiossidanti**, con percentuali importanti di vitamine amiche della pelle, come la C e la E, che illuminano e nutrono», continua l'esperta. «Inoltre devi idratarti, oltre che dall'interno, dall'esterno, con **sieri a base di acido ialuronico**», conclude la dottoressa [Magda Belmontesi](#).

#### 👉 Truccati così

«**Mano sempre leggera**, tanto più se hai già qualche segno del tempo, come rughe e capillari in vista», avverte Alessio Giovannelli. «Quindi scegli un **fondotinta fluido o una BB cream** per restituire omogeneità al colorito, e ancora un correttore ad hoc per i segni bluastri delle occhiaie. **Indispensabile poi un illuminante**, da mettere sotto le sopracciglia per sollevare subito lo sguardo, sugli zigomi e ai lati del naso e sul mento per dare risalto alla parte centrale del viso». Concludi il "restauro" della pelle con un **velo di cipria trasparente**. «Infine [applica un po' di mascara](#), magari non nero ma marrone, e concludi con un **rossetto appena rosato**. No al gloss solo trasparente e alle nuance che tendono al beige».

#### ILLUMINATI!

Cancellare con un solo gesto l'insonnia, un aspetto stanco e la pelle opaca? Ci pensano gli stick illuminanti. «Sono cosmetici **facili da usare perché basta picchiettarli** così da ottenere un effetto naturale», spiega il make up artist Alessio Giovannelli. «Importanti gli ingredienti, come la **vitamina E, l'estratto di ruscus o un mix di polveri di madreperla** che aiutano ad attenuare i segni di stanchezza, a nutrire e idratare la pelle e a distribuire la luce naturale su tutto il viso».

Come però precisa l'esperto, «Non si tratta di correttori, **non nascondono le imperfezioni**. Si applicano in punti strategici come ai lati del naso, agli angoli e lungo il contorno labbra oppure solo sull'arco di Cupido, sulla cavità del mento, sotto le sopracciglia per donare freschezza allo sguardo, sugli zigomi».

#### IL POTERE DEL CONTOURING

Un problema comune, quando si emerge da ore difficili, è "l'appiattimento" del viso, cioè i **volumi e i piani del volto non sono più esaltati**. Puoi rimediare puntando sulle tonalità più chiare delle palette per il contouring.

«Devi ridonare profondità al viso, **ricreando le zone di luce-ombra e ridisegnando i contorni**. Quindi, gioca sulle tonalità chiare, uguali al tuo incarnato o al massimo due toni più sotto, applicandole solo attorno agli occhi, sulle pieghe nasolabiali e lungo il contorno del viso. **Se scegli cosmetici in crema**, applicali con la punta delle dita, per ottenere un risultato più naturale ed evitare i bruschi stacchi di colore. **Se preferisci le polveri**, usa pennelli larghi e sagomati, che ti consentono sia di arrivare nei punti più difficili (con la parte più sottile) sia di sfumare con cura», conclude l'esperto.

Fai la tua domanda ai nostri esperti

Articolo pubblicato sul [n. 33 di Starbene](#) in edicola dal 31/7/2018

Ann.



**CADUTA CAPELLI - DONNE**

Anche le donne perdono i capelli.

[SALVAREICAPPELLI.COM](#)

LEGGI ANCHE



Beauty

Trucco vitaminico: il make up arancione



Beauty

È vero che il rossetto può essere cancerogeno?



Beauty

Make up fai da te: 5 ricette sane e creative



Beauty

Naso perfetto con il make up



Beauty

Effetto pelle nuda? Prova la BB cream



Tag: [imperfezioni](#), [make up](#), [occhiaie](#), [stanchezza](#), [trucco](#).

GUARDA ANCHE



Sponsor

**Nuovi apparecchi acustici invisibili per gli over 50**  
[Hear Clear](#)



**Come depilare ascelle e inguine senza provocare irritazioni**



Sponsor

**Ecco come i VIP rassodano i Glutei in modo rapido e veloce**  
[oggibensere.com](#)



**È vero che un organismo velenoso invade i mari della Puglia?**



Sponsor

**Macchie sulla pelle addio. Ecco come fare**  
[Benessere Lab](#)



Sponsor

**Smagliature Sparite in 3 settimane con questo rimedio naturale**  
[naturalbeauty360.com](#)

Raccomandato da