

bellezza

di Paola Oriunno

Niente oli minerali, pochi profumi, tanti attivi naturali per fare tua figlia più bella senza rischi per la sua pelle

A 12 o 13 anni iniziano a truccarsi, passano ore in cameretta con le amiche a fare pasticci e sono fanatiche della manicure. Non è sempre un gioco innocuo: secondo la Federazione Italiana Medici Pediatri (Fimp) negli ultimi anni si è registrato un aumento del 16% delle dermatiti allergiche nella fascia d'età tra gli 8 e i 12 anni, anche a causa dell'uso indiscriminato di make up e cosmetici non adatti ai piccoli. Bisogna contenere la loro curiosità di provare? «Vogliono fare di testa loro, ma tu puoi insegnare una beauty routine corretta, i prodotti da usare e quelli da evitare», suggerisce la dermatologa Corinna Rigoni. La prima regola? Non acquistare cosmetici di provenienza incerta (il tipico low cost da

TRUCCHI DA teenager

AGF Foto

STARBENE 35

bellezza attualità

bancarella), che potrebbero non rispondere alle norme europee e contenere sostanze nocive, come i metalli pesanti.

LA DETERSIONE

● Meglio evitare le saponette

È il periodo del primo ciclo, degli sbalzi ormonali e dei brufoli. La pelle è più grassa e lucida, specie nella zona di fronte, naso e mento, con pori dilatati e punti neri e la detersione è fondamentale. Ma anche le ragazze "acqua e sapone", devono evitare la classica saponetta: ha un pH troppo alcalino che danneggia la barriera idrolipidica e favorisce le irritazioni.

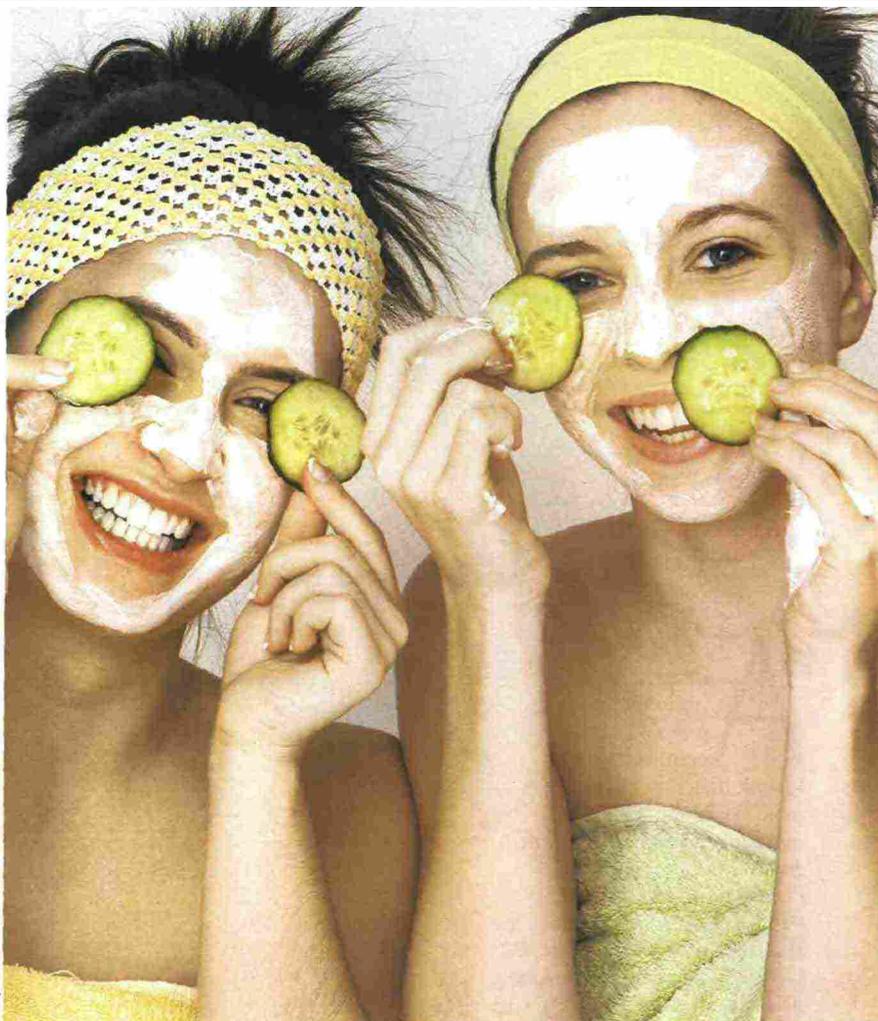
● **Via le impurità** Sono preferibili i saponi non-saponi, prodotti a risciacquo che rispettano il pH leggermente acido della pelle (5.5), o le acque micellari, da usare mattina e sera. «I gel a risciacquo hanno una texture più fluida e leggera rispetto a quella di un latte detergente ricco e lasciano una sensazione fresca su una pelle seborroica», dice la cosmetologa Stefania Degli Esposti.

L'IDRATAZIONE

● Vietati gli agenti occlusivi

Lo sport e le attività all'aria aperta possono rendere vulnerabili le pelli molto giovani. Quindi mattina e sera, dopo la detersione, va applicato un prodotto idratante. «Se la pelle è tendenzialmente impura cerca tra gli ingredienti l'acido salicilico che unisce l'azione esfoliante a quella antinfiammatoria e antibatterica», dice la cosmetologa. «Anche l'acido glicolico è un ottimo esfoliante». Da evitare i cosmetici con sostanze occlusive o comedogeniche, come le paraffine (nell'INCI sono indicate come *paraffinum liquidum*, *petrolatum*, *cera microcristallina*) e i siliconi. Sulle zone del viso più secche o irritate bastano 2-3 gocce di olio di mandorle dolci.

● **Viva gli oli vegetali** «Ideali creme con una formulazione semplice e INCI breve, con oli vegetali (girasole, jojoba), cera d'api, burro di karité, calendula e ossido di zinco contro arrossamenti e infiammazioni»,



Getty

per te e per lei

BEAUTY-DAY IN COPPIA

● **La cura di sé? Un momento di complicità** «Se tua figlia è incuriosita da trattamenti e prodotti organizza una giornata beauty con lei», suggerisce la psicologa Maria Chiara Gugiarì. «L'estetista, la farmacista, il parrucchiere possono spiegarle i gesti giusti per la sua età e come sentirsi bella e curata anche a 12-14 anni, senza scadere nel ridicolo. Queste giornate di "educational", inoltre, rinsaldano il legame madre-figlia e creano un rapporto di fiducia e di esempio positivo che la accompagnerà nella crescita».

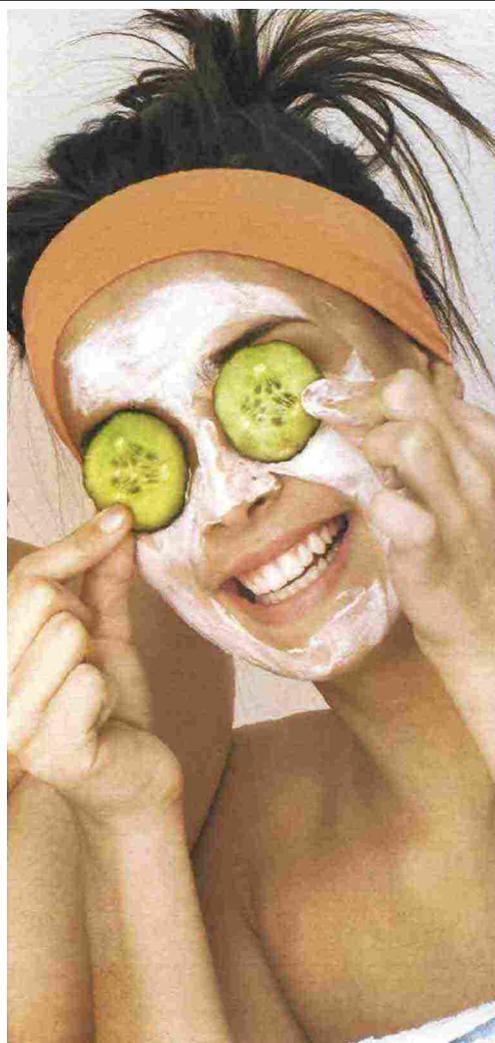
consiglia Rigoni. E in estate insisti molto sulla protezione solare.

IL MAKE UP

● Alla larga dagli allergizzanti

Proibire a una teenager un po' di make up è impossibile, e sceglierà quasi sempre i trucchi più colorati e glitterati. Meglio quelli dei grandi marchi, dermatologicamente testati e ipoallergenici. Tuttavia ricorda che nei cosmetici si utilizzano migliaia di materie prime diverse, e che la cute dei giovani è più reattiva rispetto a quella degli adulti. «Evita soprattutto i prodotti con molti profumi e conservanti», avverte la dermatologa.

● **Sì alle polveri minerali** «Puoi orientare tua figlia verso il trucco minerale a base di terre naturali, senza talco e sostanze chimiche di sintesi, che lasciano respirare la pelle, e allo stesso tempo assorbono



OMBRETTI E FARD NON SI SCAMBIANO!

Scegliere cosmetici ipoallergenici, privi di sostanze irritanti od occlusive non è sufficiente. Le ragazze sono spesso poco attente all'igiene nella gestione dei prodotti, si scambiano rossetti e mascara, lasciano le confezioni aperte... Così rischiano di "passarsi" anche i germi. Invece i cosmetici devono essere personali. È importante anche lavare ogni settimana i pennelli da trucco e acquistare confezioni piccole, in modo da sostituire i cosmetici ogni due-tre mesi al massimo. Da evitare anche le trousse con mille ombretti e fard in crema che non si riescono mai a terminare e diventano presto un covo di germi.

l'unto in eccesso e calmano i rossori. Ossido di zinco e biossido di titanio sono perfetti per chi soffre di acne e punti neri», dice la cosmetologa. Sulle labbra ok a burro cacao o a un gloss colorato, ma occhio agli ingredienti! Niente paraffine che danno la sensazione di morbidezza ma non lasciano respirare le labbra, non idratano e alla lunga seccano. Ok agli attivi di origine vegetale, così lo può "mangiare" senza rischi.

LE UNGHIE

- **Mai senza base** «Convinci tua figlia a utilizzare sempre una base protettiva, che difende l'unghia e previene l'ingiallimento», dice la cosmetologa Stefania Degli Esposti.
- **Smalti di qualità** Le ragazze si fanno tentare dalle lacche di dubbia origine e basso prezzo che trovano sulle bancarelle. «Ma per mantenere

le unghie sane deve evitare smalti contenenti toluene, ftalati e formaldeide, tossici e allergizzanti».

LA DEPILAZIONE

- **Fai da te, ma con cautela** «Per gambe e braccia l'epilatore elettrico è preferibile alle creme depilatorie, così non si applicano prodotti chimici sulla pelle», dice Magda Belmontesi, dermatologa. «Per i baffetti è meglio uno schiarente: entrambi vanno usati la sera, così la pelle ha il tempo di riprendersi».
- **Che belle le sopracciglia naturali** Sarebbe preferibile non modificare la forma delle sopracciglia, perché a 12-13 anni il viso non ha ancora assunto la fisionomia definitiva. Se sono molto folte e "selvagge" porta tua figlia dall'estetista che le mostrerà dove intervenire senza stravolgere la forma naturale.



SICURI ANCHE PER LORO



Ha una texture microporosa che unisce ingredienti idratanti, attivi che regolano la produzione di sebo e due acidi che inibiscono la crescita microbica. Così contrasta la pelle grassa delle giovanissime. *Acteen Hydramat Crema sebo-normalizzante di Bionike*, 40 ml, 15,75 €. In farmacia.

Un lipgloss delicato, con olio di jojoba e burro di mango africano, senza profumi e senza conservanti, formulato per ridurre al minimo la presenza di metalli pesanti ed essere quindi sicuro anche per le pelli sensibili. *Lipgloss Illuminante di L'Erbolario*, 9 ml, 13 €, in 7 tonalità. In erboristeria e profumeria.



Smalti senza toluene, formaldeide, DBP, canfora e vegan friendly, ma in colori vitaminici che piaceranno alle ragazze: *Tickled&Bubbly di Zoya*, in 12 tinte (qui la nuance *Binx*), 14 €. zoyacolors.com



Selezionato da Starbene: donnedermatologhe.it

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.