

Starbene | Bellezza

QUELLA FACCI UN PO' COSÌ

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

di Eleonora Gionchi

J I 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 grigiastria. 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 rimiralizza, 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

PER RITROVARE LA FORMA SCEGLI LA LEGGEREZZA: NELLE FORMULE COSMETICHE E NEL MAQUILLAGE.

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 enfatizzare 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 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.



Il trucco più efficace? Il riposo: conceditelo appena possibile e la pelle ti ringrazierà

ENRIQUE VEGA / THELDCENSINGPROJECT.COM

Codice abbonamento: 095256

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 nel 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.

» **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 una mascara allungante, così da aprire bene lo sguardo e distogliere l'at- →

Starbene | Bellezza

→ tenzione 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 ECCEDETO 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. «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



Scelti da noi

① L'ILLUMINANTE

I pigmenti perlescenti riflettono la luce e ha una texture cremosa che si può usare da solo o sopra il trucco per un aspetto subito più fresco. **Luminous Skin Stick di Artdeco**, ed. lim., 19 €, in profumeria e nei centri estetici.

② IL GEL ALL'ALOE

Un "pronto soccorso" per la pelle arrossata e irritata. Fresco e di facile assorbimento, è da tenere sempre a portata di mano per ristabilire in modo naturale l'equilibrio cutaneo. **Puro Gel Aloè di Erboristeria Magentina**, 13,90 € 150 ml, in erboristeria e farmacia.

③ LA TERRA

Con principi attivi idratanti, è perfetta per un contouring, anche grazie ai mini

pennello kabuki in dotazione. **Poudre Bronzante Terracotta di Guerlain**, 49,90 €, in esclusiva da Ethos Profumerie.

④ LA CC CREAM

Unisce alle proprietà idratanti del siero quelle di una discreta coprenza e di una leggera protezione solare, così ti dona un colorito uniforme e sano. **Olaz Regenerist CC Cream Spf 15**, 24,99 €, 50 ml, nella grande distribuzione.

⑤ LA CREMA VITAMINICA

Formulata con quattro diverse vitamine in un equilibrio ideale per la pelle segnata e provata. Ideale se usata dopo il fluido della stessa linea (19,50 €, 15 ml). **Concentrati Puri Vitamine A+C+E+F Crema di Incarose**, 29 €, 50 ml, in farmacia ed erboristeria.

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». ●