

starbene **bellezza**

# UN BEAUTY EFFETTO GHIACCIO

Il caldo ti assilla? Combattilo con i cosmetici a formula fresca. Se poi li tieni in frigorifero, il comfort aumenterà

di Laura D'Orsi

Consistenze light, spray rinfrescanti, creme e gel effetto ice: sono i cosmetici che ti fanno provare un piacevole brivido e allo stesso tempo tonificano e proteggono la pelle. Meglio ancora se li conservi in frigorifero. Curiosa di sapere come funzionano e quali sono indispensabili per una ricarica refrigerante? Allora leggi qui. Troverai le risposte e i consigli dei nostri esperti.

**COME FUNZIONANO** L'ingrediente top dei cosmetici "effetto ghiaccio" è il mentolo, un alcol contenuto nell'olio essenziale di menta piperita. «Quando viene applicato sulla pelle, agisce sulle terminazioni nervose cutanee, bloccando i recettori sensibili al caldo a favore di quelli che percepiscono il freddo. Così il cervello rimanda al corpo una sensazione di fresco», spiega il cosmetologo Umberto Borellini, autore de *La Divina Cosmesi* (Mondadori). Il mentolo è contenuto anche in altri fitoestratti: eucalipto, cipresso, pino, tutte piante dall'effetto balsamico spesso associate tra loro nelle formulazioni. Ma c'è un altro ingrediente che regala una sensazione di refrigerio: il mentil-lattato. «Deriva da acido lattico e mentolo e, a differenza di quest'ultimo, induce un senso

di frescura meno intenso, ma più duraturo», chiarisce l'esperto. Quando trovi nell'etichetta dei cosmetici una di queste sostanze, il brivido è assicurato. In alcuni casi, al mentolo si associa una percentuale di alcol che, evaporando, raffredda temporaneamente la pelle. Fai attenzione: se hai la pelle secca, è meglio evitarlo. Un sollievo immediato lo danno anche le **acque termali, soprattutto quelle spray: le confezioni sono studiate in modo che mantengano, anche con il caldo, una temperatura di 25 °C** circa. Quanto basta per regalare un sollievo immediato. Infine, fai attenzione alle texture: gel, mousse ed emulsioni acquose sono molto più leggere di creme, oli e burri. Non appesantiscono la pelle e la lasciano respirare, così il calore viene percepito meno.

**PER IL VISO** I prodotti effetto fresco per il viso li trovi sia per la detersione sia per l'idratazione: acqua micellare, tonico, siero per il contorno occhi. E crema sorbetto. È leggera, ricchissima di acqua e si fonde con la pelle appena viene applicata. «Ha una formula semplice, a base di acqua, estratti vegetali e ingredienti che favoriscono l'idratazione come urea, glicerina e ceramidi», spiega la cosmetologa Antonella Antonini. Puoi usarla anche quando senti che il viso ha bisogno di un plus di idratazione. Se ti serve un nutrimento extra, sotto applica un siero. E



## scelti da Starbene

1 per le gambe Gel fresco anti-fatica di Yves Rocher, 50 ml, 7,95 €. 2 per il viso Vinosource Crema Sorbetto Idratante di Caudalie, 40 ml, 23,50 €. 3 per gli occhi Diopli Gel di Lierac, 10 ml, 21,50 €. 4 per il décolleté Mercy Handy Chill Out, 30 ml, 4,90 €. 5 per tutto il corpo Eau Thermale Minéralisante, 300 ml, 11,90 €. 6 per i gonfiori Gel Freddo Drenante Geomar, 200 ml, 10,59 €.



se ti senti accaldata, nebulizza un'acqua rinfrescante aromatica. Non solo ti dà un sollievo immediato, tiene anche lontano l'effetto lucido e fissa il make up. Porta una bomboletta sempre con te e, se il caldo si fa sentire, vaporizza la nebbia rinfrescante sul viso, la nuca e i polsi.

**PER IL CORPO** Hai l'imbarazzo della scelta: bagno e doccia-schiuma, creme snellenti e anticellulite, prodotti defaticanti per gambe e piedi, spray rinfrescanti. Tutti alleviano la sensazione di pesantezza dovuta al caldo. «**Gli anticellulite effetto freddo contribuiscono, insieme a fitoestratti come rusco, mirtillo e centella asiatica, a decongestionare i gonfiori, riducendo la ritenzione idrica**», spiega la dermatologa **Magda Belmontesi**. «In più rinvigoriscono la circolazione perché provocano una momentanea vasocostrizione». Se cerchi ristoro con i prodotti defaticanti per le gambe, puoi applicarli più volte al giorno (sempre con un massaggio dal basso verso l'alto). Solo chi ha la pelle sensibile e irritabile, allergie, o seri problemi di circolazione deve fare attenzione perché l'effetto ghiaccio potrebbe essere troppo intenso e infiammare la cute. In ogni caso accertati che i prodotti che contengono mentolo non vengano a contatto con gli occhi e le mucose, perché provocano forti bruciori.

www.starbene.it 47

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.