

**bellezza** starbene

# SCRUB VISO AI RAGGI X

Stimola il rinnovamento della pelle ed elimina le impurità, ma va fatto nei modi, nei tempi e con i prodotti giusti. Come ci suggeriscono la cosmetologa e la dermatologa

di Laura D'Orsi

Per preparare la pelle del viso ad affrontare meglio i primi freddi, non c'è niente di meglio di una sferzata di vitalità. Lo scrub è un trattamento indispensabile, perché stimola le cellule a rinnovarsi e regala un incarnato più uniforme, attenuando anche macchie e impurità. Ma deve essere fatto a regola d'arte. Abbiamo chiesto ad Antonella Antonini, cosmetologa, e a **Magda Belmontesi**, dermatologa, di dirci tutto quello che c'è da sapere sui prodotti per esfoliare la pelle in modo corretto e ottenendo il massimo dei benefici.

E per il corpo? Scopri i migliori scrub nel nostro Lab [starbene.it/bellezza](http://starbene.it/bellezza)

[www.starbene.it](http://www.starbene.it) 43

## starbene **bellezza**

### 1 Che differenza c'è tra scrub e gommage?

Spesso i due termini si usano come sinonimi, ma in realtà indicano trattamenti diversi. Il primo si riferisce a un prodotto, a base oleosa o cremosa, che contiene granuli piuttosto grossi. Massaggiato sulla pelle, ne assottiglia lo strato più esterno, quello corneo, in cui le cellule sono sul punto di staccarsi. Le particelle esfolianti possono essere costituite da sfere di polietilene oppure essere di origine naturale, come granelli di sale o di zucchero, o ottenute da noccioli di frutta o semi. Il gommage è una variante più light dello scrub. La base è delicata, i granuli sono fini, regolari e tendono a sciogliersi con l'acqua quando vengono massaggiati. Tra gli ingredienti più usati ci sono l'argilla e il bicarbonato.

### 2 E il peeling cos'è?

A differenza di scrub e gommage, il peeling non sfrutta, per esfoliare, un'azione meccanica, ma esclusivamente chimica. È un prodotto, in siero o crema, che contiene ingredienti dall'azione levigante, come acidi della frutta, retinolo, acido salicilico o glicolico. Queste sostanze sciolgono i legami fra le cellule delle superficie cutanea, favorendone l'eliminazione e permettendo così di liberare lo strato "fresco" di epidermide.

### 3 È preferibile fare lo scrub al mattino o alla sera?

Meglio alla sera, per dare alla pelle la possibilità di riformare la barriera cutanea e per placare eventuali rossori. L'esposizione ai raggi del sole (anche a quelli autunnali) o ad altri agenti esterni come l'inquinamento, la rendono più vulnerabile.

### 4 Va fatto sul viso asciutto o bagnato?

Segui le istruzioni del prodotto, ma la regola generale è che prima di massaggiare il viso con i granuli è sempre consigliabile inumidirlo. Così si attenua lo sfregamento, evitando un'azione troppo aggressiva. In caso di cute ispessita o molto grassa, una volta al mese si può fare uno scrub sul viso asciutto. Così si elimineranno tutte le cellule morte, levigandola perfettamente.

### 5 Ho la pelle sensibile. L'esfoliazione è adatta a me?

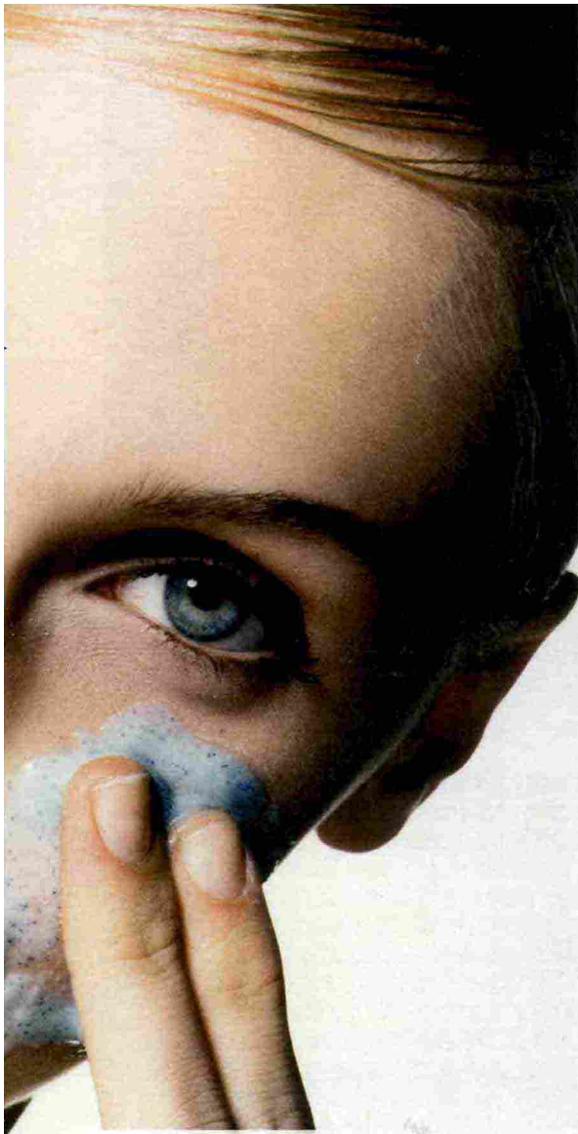
Sì. Ma mentre per la cute normale o mista il trattamento è consigliato una volta alla settimana, per la pelle delicata bisogna aspettare almeno dieci giorni tra un'esfoliazione e l'altra. In ogni caso è

meglio utilizzare un gommage a base cremosa o oleosa. E applicare subito dopo una crema emolliente e lenitiva.

### 6 Con la mia cute secca non rischio di disidratarmi di più?

Al contrario, l'importante è non usare le maniere forti, bensì un prodotto delicato. In questo modo si eliminano gli accumuli di cellule morte, più evidenti dove la pelle tende a desquamarsi. Dopo aver "livellato" la superficie, occorre idratare e nutrire l'epidermide con un fluido specifico per pelli secche, ricco di lipidi. Così si rinsaldano i legami tra le cellule e si previene la disidratazione. È proprio dalle fessure tra una cellula e l'altra, infatti, che l'acqua dall'interno della pelle evapora, facendola seccare e sembrare subito più segnata.





**SCELTI DA STARBENE**

>1 Con microgranuli derivati dal mais, polpa d'uva idratante e mentolo rinfrescante. *Crème Exfoliante Désincrustante di Caudalie*, 75 ml, 21 €. >2 La maschera-scrub associa 3 argille minerali all'estratto di alga rossa, che aiuta l'eliminazione delle cellule morte. *Maschera esfoliante Argilla Pura di L'Oréal Paris*, 50 ml, 10 €. >3 Utilizza la pomice naturale in granuli, l'argilla bianca e l'estratto di limone per stimolare il turnover cellulare. *Scrub Esfoliante Delicato di Pupa*, 100 ml, 13,90 €. >4 Una formula in gel con carbone di bambù vegetale, perfetta da usare con le spazzole detergenti. *City Block Purifying Charcoal Cleansing Gel di Clinique*, 150 ml, 26 €. >5 Monouso, senza risciacquo, in 10 minuti elimina il grigiore dal viso. *Bio Mask Peeling & Scrub di IncaRose*, 17 ml, 4,90 €. >6 Gli enzimi della zucca, uniti ai granuli esfolianti, rivitalizzano subito la pelle. *Pumpkin Enzyme Mask di Peter Thomas Roth*, 150 ml, 53,90 €.

## 7 Che prodotto devo usare con la pelle grassa e impura?

Una pelle grassa può beneficiare molto di un scrub a cadenza settimanale per liberare i pori dalle impurità, prevenendo la formazione di comedoni e foruncoli. Unica avvertenza: il prodotto non deve essere oleoso ma avere una texture fluida o in gel. Maggiore cautela ci vuole, invece, con le pelli a tendenza acneica: la soluzione ideale sarebbe un soft peeling dal dermatologo, per rimuovere l'eccesso di sebo e affinare la grana della pelle senza aggredirla. Trattamenti troppo intensivi possono stimolare ulteriormente le ghiandole sebacee, con il risultato di peggiorare la situazione. Per questo, è preferibile, al posto dello scrub, una crema oil free con alfa e beta idrossiacidi, che favoriscono un processo di rinnovamento lento e costante della pelle.

## 8 Se l'epidermide "reagisce male", è meglio rinunciare?

Può accadere che dopo lo scrub o l'applicazione di una crema con sostanze esfolianti, la cute si arrossi, pizzichi, pruda: segno inequivocabile che non ha gradito il

trattamento. La causa potrebbe essere l'eccessiva vicinanza tra uno scrub e l'altro, che non ha permesso alla pelle di ricostituire le sue difese. Oppure, nel caso di una crema effetto peeling, una concentrazione troppo elevata di principi attivi. Occorre sospendere il trattamento, ma non è detto che sia per sempre. La reazione infatti potrebbe essere dovuta a un'ipersensibilità temporanea, causata magari dal contatto con altri cosmetici, oppure riconducibile a un periodo di stress. In questo caso si deve evitare di usare il prodotto sospetto per almeno un paio di mesi, quindi si può riprovare.

## 9 Lo scrub si può fare anche sul contorno occhi?

No, è meglio evitare. Le pelle in questa zona è molto sensibile e delicata. Si può invece passare una spazzolina morbida inumidita, utile per esfoliare altri punti delicati come le labbra e il collo.