

VANITYFAIR.it



Sandra Bullock: «Mio figlio sa cos'è il razzismo» Al suo Louis, afroamericano, 5 anni, l'attrice ha già spiegato "il ...

TUTTI

NEWS PEOPLE BEAUTY BENESSERE FASHION SHOW CINEMA FOOD FIRME OROSCOPO LIFESTYLE VF NETWORK ALTRI LIVE! ACCEDI

tinum

LA NUOVA STYLER SENZA COMPROMESSI

RISULTATI STRAORDINARI E CAPELLI PIÙ SANI*

UNA S...
SCO...

[BEAUTY / VISO E CORPO] 21.10.2015



Pelle d'autunno: proteggere, idratare, detergere



di Antonella Rossi

Con i primi freddi bisogna aumentare le difese. Colpa dello smog e degli sbalzi di temperatura, che favoriscono la produzione di radicali liberi e disidratano l'epidermide. Prendersi cura di sé è facile, basta seguire tre semplici step. In base al proprio tipo di pelle. Ce li spiega la dermatologa Magda Belmontesi



THE NEW

ghd platinum

DA BAGNATI A LISCI CON POCHI SEMPLICI PASSAGGI

#ghdplatinum

UNA SORPRESA PER TE. SCOPRI DI PIÙ >>>

L'autunno ormai è entrato nel vivo, i colori caldi delle palette di stagione prendono il sopravvento sulle nuance vitaminiche che ci hanno accompagnato nel corso dell'estate e la pelle esige qualche attenzione in più. Il cambiamento climatico, infatti, comporta il passaggio dal caldo al freddo umido, tipico del nostro clima, e il conseguente innalzamento dei livelli di monossido di carbonio dovuti al riscaldamento.

«L'inquinamento atmosferico favorisce la formazione di radicali liberi, responsabili dell'invecchiamento della pelle», spiega la dottoressa **Magda Belmontesi**, dermatologa e docente alla Scuola Superiore di Medicina Estetica Agorà di Milano, «Ma in questo periodo la pelle è sottoposta a un maggiore stress anche per colpa dei frequenti passaggi dagli ambienti caldi a quelli freddi e viceversa».

Affrontare i disagi della stagione fredda però non è difficile, bastano pochi step, che corrispondono alle regole base della skincare: **proteggere, idratare e detergere**.

>>**LEGGI: IL MASSAGGIO ANTIAGE**

PROTEGGERE E IDRATARE

«Al mattino sul viso si può utilizzare un **siero antiossidante** ricco di Vitamina E, ideale per tutte le tipologie di pelle», spiega la dottoressa Belmontesi, «Poi è importante non dimenticare mai la **crema idratante**, da scegliere a seconda del tipo di pelle. In caso di pelle reattiva e con couperose, ottime quelle con **Vitamina C**, se la pelle è secca sceglietela con **Vitamina E**, se è grassa a base di **Vitamina A**. Se andate di fretta sono perfette anche le **BB Cream**. Efficaci, hanno il vantaggio di idratare e proteggere con un unico gesto».

LA DETERSIONE

La sera, invece, quando il tempo a disposizione è maggiore, ritagliatevi un po' di tempo per prendervi cura di voi stesse.



DA BEAUTY

di Marzia Nicolini



Quando i difetti diventano tratto distintivo

di Eleonora Negri



Capelli: 5 rimedi anticaduta naturali



Tutte a scuola di make up con Smashbox



VEDI ANCHE

di Antonella Rossi



Abbronzatura long lasting

di Simona Marchetti



8 consigli per sopravvivere in spiaggia

di Eleonora Negri



Doposole: scatta l'ora del riposo

La prima regola è quella di **non dimenticare mai di struccarsi**. Bando alla pigrizia, oltre al trucco rimuoverete anche le impurità che si sono accumulate sulla pelle durante il giorno. «In questa stagione **la detersione deve essere profonda ma non aggressiva**», consiglia la dottoressa Belmontesi, «Per mantenere inalterato il film idrolipidico che protegge l'epidermide». Scegliete acque micellari se avete la pelle del viso particolarmente delicata, uno struccante in gel se è particolarmente grassa e latte più tonico se si tratta di una pelle normale o mista.

>>**LEGGI: *BEAUTY ROUTINE, LA DETERSIONE***

COCCOLE NOTTURNE


Prima di andare a dormire optate per una **crema notte** ad hoc in base alle vostre esigenze. «**Se la pelle è secca** ottime le texture molto nutrienti, che avranno tutto il tempo necessario per assorbirsi, se è particolarmente **sensibile** sarà perfetta una crema con estratti termali, mentre se si tratta di una **pelle grassa** meglio optare per un prodotto agli acidi della frutta», consiglia la dottoressa Belmontesi.

>>**LEGGI: *LA PERFETTA BEAUTY ROUTINE NOTTURNA***

SU LA MASCHERA!

L'ultimo gesto? Gommage e maschera, da fare una volta alla settimana. «Non di più, per evitare di annientare il film idrolipidico della pelle, vera e propria barriera protettiva contro smog e agenti esterni aggressivi». La pelle ringrazierà.

>>**LEGGI: *SU LA MASCHERA (VISO)***

-  **LINK** • Beauty routine: step uno, la detersione
- 10 tips per una perfetta beauty routine notturna
 - Beauty routine viso: massaggio antiage in 10 step
 - Su la maschera (viso)!

-  **TAG** • pelle delicata • pelle secca • pelle grassa • smog
- idratazione • pulizia viso

VANITY PROMOTION



VANITY FAIR TI INVITA AL CINEMA

