

Consigli di **BELLEZZA**

Preparate la pelle per un'abbronzatura perfetta

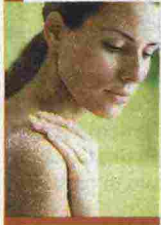
«Prima della doccia dedicate del tempo a massaggi circolari con sostanze naturali che eliminino le cellule morte» • «In questo modo la pelle sarà pronta per una colorazione solare uniforme e compatta»



- 1) **Bios-Line** propone, nella linea corpo Cell-Plus, Aqua Scrub Esfoliante alle alghe azzurre della Bretagna, levigante e tonificante.
- 2) Da **Repêchage** ecco Sea Spa Glow, l'esfoliante più fresco con alghe eco-cert, sale marino e menta piperita.
- 3) **Byotea** ha creato Scrub Esfoliante al nocciolo di albicocca, ricco di vitamine A e C e di Betacarotene, preziosi per la pelle.
- 4) **Yves Rocher** sceglie il nocciolo di mandorla bio, per rimuovere dolcemente le cellule morte lasciando la pelle morbida e vellutata.
- 5) **Clarins** ha creato Gommage "Tonic" Corps agli oli essenziali di rosmarino, palissandro, menta, cristalli di zucchero e di sale per una pelle tonica e luminosa.
- 6) **Collistar** combatte le macchie sulla pelle con la linea Special Essential White e l'esfoliante Talasso Scrub Illuminant, una vera cura spa per ravvivare la pelle.
- 7) Lo storico marchio **Salda** propone la Mousse-Scrub

Corpo levigante vellutante con olio di babassu, estratto di salice bianco, proteine e olio di crusca di riso, per favorire il rinnovamento cellulare e migliorare l'ossigenazione cutanea.

- 8) Da **Equilibra** arriva Scrub Corpo Nutriente Zuccherino per pulire e rigenerare la pelle.
- 9) **Hemp Nation Natural Fruit & Sugar Scrub** è l'esfoliante di Australian Gold che nutre la pelle con oli essenziali di frutta e la disseta con olio di canapa.



I NOSTRI CONSIGLI

Per rimuovere le cellule morte dalle labbra, prima spalmatele di burro, massaggiando fino a togliere le pellicine, poi spalmatele di miele per nutrirle.

- L'avena è preziosa per le pelli sensibili: sciogliete un bicchiere di farina di avena nell'acqua tiepida del bagno e immergetevi per un quarto d'ora. Il bagno le-

nirà le irritazioni della pelle.

- Curate le mani sciupe massaggiandole con due mandorle frullate con olio extravergine d'oliva; copritele con guanti di cotone tutta la notte e, l'indomani, saranno morbide e levigate.

- Contro le rughe, poggiate sul viso per almeno dieci minuti fettime di patate dolci.

Cominciano i preparativi per l'esposizione al sole e per la temuta prova del costume da bagno, che spesso ci rivela una pelle opaca, stanca, spessa. Come si fa a cambiare pelle in poco tempo in modo da arrivare in spiaggia con una pelle splendente e compatta? Per avere una risposta abbiamo rivolto la domanda alla dottoressa Anadela Serra Visconti, medico specializzato in medicina estetica, volto noto al pubblico televisivo di *Unomattina*, su Raiuno, per i suoi consigli sempre molto naturali.

«Fate un massaggio profondo»

«Dottoressa Anadela Serra Visconti, per avere una bella pelle, pronta per i bagni di sole e di mare, è utile l'esfoliazione, cioè un massaggio profondo della pelle per rimuovere le cellule morte?», domandiamo.

«Sì, è importante una esfoliazione corretta e costante per chi ha la pelle grassa e spessa», risponde la dottoressa Serra Visconti. «A chi invece ha una pelle delicata, molto chiara, suggerisco un approccio più delicato e meno frequente».

«Quanti trattamenti esistono per rimuovere le cellule morte?», chiediamo.

«Essenzialmente l'esfoliazione può essere fatta attraverso il gommage, cioè un trattamento leggermente abrasivo tendente a rimuovere le cellule morte e le impurità della pelle, e con lo scrub (si legge "scrub"), che è un detergente granuloso, usato per le-

vigare la pelle e per asportarne le cellule morte», spiega la dottoressa Serra Visconti. «Il gommage è molto delicato: il prodotto forma uno strato sottilissimo sulla pelle che poi è rimosso con un massaggio dei polpastrelli e un risciacquo prolungato. Una esfoliazione più decisa si ottiene con lo scrub che, se fatto bene, è utile anche per preparare la pelle al sole e ottenere un'abbronzatura perfetta. Se non desiderate ricorrere ai prodotti in commercio, potete preparare in casa impasti che danno ottimi risultati».

«Dottoressa Serra Visconti, lei è famosa per le ricette di bellezza da fare in casa con ottimi risultati. Ci spiega come farne una per eliminare le cellule morte?».

«Risciacquate bene e a lungo»

«Anche chi non ha tanto tempo», dice la dottoressa Serra Visconti «può trovare nel frigorifero un vasetto di yogurt non terminato in cui sciogliere due cucchiaini di farina di mandorle o di crusca d'avena, lo zucchero, oppure una tazzina di miele o di olio d'oliva o di soia e qualche cucchiaino di farina di mais, quella che si usa per la polenta. Dopo avere preparato questo impasto, spalmatelo sulla pelle, poi entrate nella doccia e massaggiate con le dita, usando un goccio d'acqua, in senso rotatorio dal basso verso l'alto. Risciacquate bene a lungo e uscite dalla doccia con una pelle nuova».

S.O.