

bellezza | *focus*

È il momento di dimenticarsi dell'inverno, adottando una **nuova beauty routine**, che ponga rimedio agli eventuali danni procurati da **smog, freddo e sedentarietà**

addio

brutti ricordi

Bastano giornate un po' più lunghe e luminose, un'aria più tiepida e leggera ed ecco che sembra già di essere in primavera. Se dimenticarsi del freddo e proiettarsi verso il bello che verrà è questione di un attimo, un po' più laborioso è buttarsi alle spalle i brutti ricordi che la stagione invernale lascia sul viso e sul corpo. Come sempre, è solo una questione di strategia: armate di buona volontà e dei cosmetici più appropriati, è facile riuscire a fare in modo che anche la pelle goda di uno stato di grazia, pronta, morbida e luminosa ad accogliere la bella stagione ormai imminente.

un viso pulito

L'aria viziata e la vita al chiuso si portano via dalla pelle con gesti purificanti, antiseccchezza e antigriore.

1 Réponse Vitalité Booster C7 Matis

Un trattamento intensivo di sette giorni con vitamina C pura al 79% che regala alla pelle una sferzata di energia, rivitalizzando l'incarnato e riducendo le rughe (centri estetici, € 90).

2 Moisture Surge 72-Hour Auto-Replenishing Hydrator Clinique

Un gel-crema leggero e fresco che stimola la naturale riserva di idratazione della cute lasciandola morbida e levigata per 72 ore (profumeria, 50 ml, € 32,50).

3 Maschera Riscaldante Detox Galénic

Un gel cristallino a base di glicerina vegetale che si riscalda al massaggio, liberando con dolcezza i pori dalle impurità più profonde (farmacia, 50 ml, € 38).

4 Resurfacing Exfoliating Pads Hyaluol

Dischetti esfolianti con un mix di acidi rinnovatori, provitamina B₅, rigenerante, e pantenolo idratante e levigante delle rughe (numero verde: 800.129780, 60 pezzi, € 40).

5 X-Ingredients Base R + Extra Help Vitamina E e Resveratrolo Labo

Uniti alla base ricca e cremosa, vitamina E e resveratrolo in alta dose, due potenti antiossidanti,

che aiutano a neutralizzare l'accumulo di tossine a livello della cute (farmacia, 40 ml, € 35 + 15 ml, € 69).

6 Minéral 89 Maschera Fortificante Riparatrice Vichy

In tessuto di fibre di microalghe si attiva al momento dell'uso: l'89% di acqua termale di Vichy e acido ialuronico idratano, rimpolpano e levigano (farmacia, € 9).

7 Crème Jeunesse Dépoullante Sothys

Una crema dal forte potere detossinante con un complesso marino, che rinforza le difese cutanee togliendo opacità e grigiore (centri estetici, 50 ml, € 79,90).

Via dall'inquinamento fuori e dentro

Se all'esterno il nemico sono le **polveri sottili**, anche dentro casa, con le finestre sempre chiuse per via del **freddo**, la pelle non ha passato momenti di benessere. *** «L'inquinamento è insidioso e fa danni non solo fuori, ma anche nei luoghi chiusi dove allo smog proveniente dall'esterno si mescolano agenti biologici della polvere, combustibili, sostanze chimiche presenti negli arredi e nei prodotti di pulizia, creando irritazione, stimolando l'ossidazione e rendendo la pelle opaca, spenta e segnata»** spiega il professor Leonardo Celleno, dermatologo a Roma e presidente Aideco, Associazione italiana dermatologia e cosmetologia.

Operazione detox

Stare all'aria aperta è un bene per la pelle, che per trarne massimo beneficio ha bisogno di essere **liberata dalle scorie** in modo dolce, ma profondo.

*** «Per raggiungere l'obiettivo servono scrub e maschere purificanti** a cadenza regolare, una paio di volte alla settimana, ma è utile anche decidere di **potenziare la routine quotidiana** di pulizia con la doppia deterzione che prevede l'utilizzo prima di un prodotto senza risciacquo e poi di uno da lavare» spiega Anna Fraschini, estetista a Piacenza.

Reintegrare le risorse

Il freddo che secca, lo smog che impoverisce, la stanchezza che spegne la vitalità della pelle. «L'imminente cambio di stagione suggerisce una **svolta nel modo in cui ci si prende cura del viso**.

*** Serve rinforzare l'idratazione** che dà turgore alla cute con sieri da mettere prima della crema giorno e maschere regolari» dice la dottoressa Maria Rosa Gaviglio, dermatologa a Milano e Pavia.

Cure ricostituenti

«Su pelli mature si rende utile il supporto extra di sieri e concentrati con antiossidanti, come il resveratrolo e la floretina, o con vitamina C, ricostituenti che schiariscono le macchie, illuminando il viso» dice la dermatologa.



➔ MASCHERE E TRATTAMENTI INTENSIVI

COMPLETANO LA CURA SETTIMANALE E PERIODICA

viversaniebelli 21

bellezza *focus*

un corpo asciutto

Anche sul fronte della linea, l'inverno gioca brutti scherzi. Ora è il momento di passare al contrattacco per recuperare armonia e tono.

Prove tecniche di morbidezza

La pelle del corpo si ritrova più secca in punti per natura già poveri di sebo, diventando ruvida e spessa.

«Prima occorre lavorare con uno scrub che porti via le cellule morte e apra i pori in profondità, grazie all'azione meccanica dei microgranuli vegetali» spiega Frascchini.

«Poi, serve nutrimento profondo. Un'operazione possibile con creme ricche a base di **acido ialuronico, oli vegetali e sostanze emollienti** da applicare con generosità dopo la doccia, su tutto il corpo» aggiunge l'estetista.

Riscoprirsi leggere

Più sedentarietà e piatti più generosi: è inevitabile che il finire della stagione invernale coincida con la scoperta di **cuscinetti marcati, cellulite evidente e cedimenti visibili**.

«Perdere tempo non fa che peggiorare la situazione, mentre è un'ottima idea darsi subito da fare riprendendo la saggia abitudine di usare un trattamento scelto in base alle necessità, **snellente, tonificante o anticellulite**, da applicare con regolarità, mattina e sera per almeno un mese. Da affiancare a una regolare attività fisica, fosse anche solo una **camminata veloce** al giorno e fare sempre le **scale a piedi**».

Rosmarino depurante

Aggiunto ai piatti, sorvegliato come tisana con la liquirizia per stimolare la depurazione, e versato sotto forma di infuso nell'acqua della vasca, il rosmarino svolge un'efficace azione disintossicante.



1 Scrub Corpo Pure Detox
Biopoint Body Care
Granuli di scorza d'arancia per purificare e levigare, sali del Mar Morto per ridurre i ristagni, vitamina E e sette succhi di frutta per nutrire e ammorbidire (profumeria, 200 ml, € 9,90).

2 Dolce Miele Crema Corpo Miele Olio di Argan
Specchiasol
Una formula ecobio, delicata, ma efficace nell'azione reidratante, che nutre e rigenera le pelli stressate e spente (erboristeria, 250 ml, € 12,80).

3 Acido Ialuronico Crema Corpo
L'Erborario
Idratazione intensa a tripla azione, con acido ialuronico a tre pesi molecolari, combinato con oli vegetali e vitamina E (erboristeria, erborario.com, 200 ml, € 23,50).

4 Tonic Lifter Crema Rassodante di Giovinezza
Dibi Body
Adatta per tutto il corpo, anche per il seno, con il "tonic gum complex" preserva elasticità, vitalità e morbidezza alla pelle, contrastandone i cedimenti (centri estetici, 200 ml, € 49).

5 Cell-Plus Mousse Croccante Anti-Cellulite Giorno e Notte
Bios Line
Un doppio trattamento, con una scoppiettante consistenza effervescente, che agisce per 24 ore contro cellulite e rotolanti (erboristeria, 2 flaconi da 150 ml, € 32).

6 Booster Snellente Zone Ribelli
Orlane
Un siero ad alta concentrazione di caffeina, pepe rosa e matè, che accelera l'eliminazione dei grassi per ridurre gli accumuli su cosce, ventre e braccia (profumeria, 75 ml, € 42).

Servizio di Alberta Mascherpa. Con la consulenza del professor Leonardo Celleno, dermatologo a Roma e presidente di Aideco (Associazione italiana dermatologia e cosmetologia), della dottoressa Maria Rosa Gaviglio, dermatologa a Milano e Pavia, e di Anna Frascchini, estetista a Piacenza.

→ STENDERE LE CREME DALLE ESTREMITÀ AL CUORE PER SEGUIRE E STIMOLARE LA CIRCOLAZIONE