

**SPECIALE
VISO**

3 STEP ANTIETÀ

Quest'inverno prenditi un impegno: proteggi la pelle dai segni del tempo. Con soluzioni mirate che bloccano gli effetti nocivi dello smog e dello stress. E strategie che contrastano la forza di gravità. Segui la nostra guida alle novità più efficaci

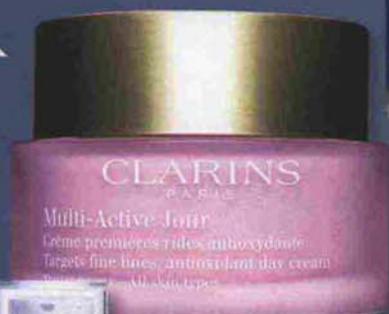
di Paola Gervasio e Margherita Tizzi

DM MODA E BELLEZZA . SPECIALE VISO

01. Combatti lo stress

Tante ore davanti al computer sotto le luci al neon. Poi, magari in bici o scooter, al freddo. È la giornata tipo delle donne dai 25 ai 35 anni, super impegnate tra casa, lavoro e tempo libero. La loro è una pelle ancora giovane ma, se non viene ben protetta, a lungo andare può accusare il colpo. «Lo stress non va sottovalutato: favorisce la formazione di radicali liberi, causa principale del precoce invecchiamento cutaneo» spiega Federico Fiori, medico e chirurgo estetico. Ma in inverno anche smog e raggi UV (sì, sono dannosi, sempre) vanno tenuti sotto controllo. Il primo rende il colorito spento e grigio, gli altri rallentano la produzione di collagene ed elastina. Per proteggere la pelle, punta sulla beauty routine "a strati": applica un siero a base di vitamina C antiossidante, poi una crema da giorno con spf 30-50 e concludi con il fondotinta. Con questa tripla barriera assicurati uno scudo totale per tutto il giorno.

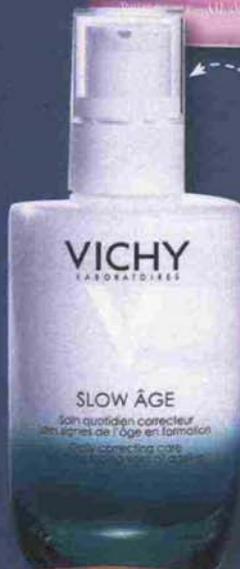
CON L'ESTRATTO DI CARDO
Il principio attivo vegetale antiossidante racchiuso in Multi-Active Jour di Clarins (63 euro) assorbe i danni causati dagli stress quotidiani.



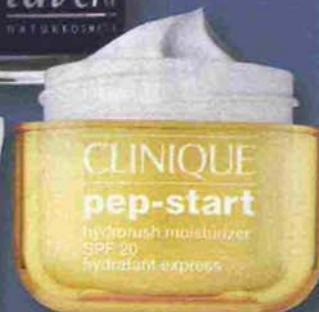
CON LE VITAMINE
Re-Energizing Sleeping Cream di Lavera (13,49 euro), con acido ialuronico e vitamina E, apporta una sferzata di energia. Per la notte.



CON L'ACQUA TERMAL
Il siero Slow Age di Vichy (36,50 euro, in farmacia) grazie all'acqua termale mineralizzata, riequilibra il derma, rendendolo più resistente alle aggressioni esterne.



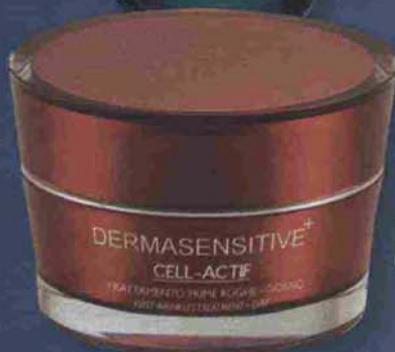
CON LA DOPPIA AZIONE
Pep-Start HydroRush SPF20 Moisturizer di Clinique (25 euro) idrata e, allo stesso tempo, controlla le zone lucide con un'azione seboregolatrice.



CON UNA FORMULA DELICATA
Ideale per pelli sensibili e intolleranti, Defense Eye Crema Antirughe di Bionike (25 euro, in farmacia) previene i segni dell'età sul contorno occhi.



CON L'ACIDO IALURONICO
Cell-Actif di Dermasensitive (7,30 euro) è un trattamento tonificante anti-età dedicato alle trentenni.



CON L'OLIO DI OLIVA
A base di estratti vegetali, Elisir Jeunesse Siero Doppia Azione Riparazione + Anti-inquinamento di Yves Rocher (21,95 euro) restituisce un incarnato fresco e luminoso.



**LE
DRITTE**
per una pelle
fresca e
luminosa

● Per detergere il viso tutti i giorni, evita i tonici a base di alcol che stressano la pelle e alterano il film idrolipidico (quel mix di sebo e acqua che fa da protezione naturale): l'epidermide già stressata potrebbe screpolarsi o arrossarsi.

● Se ti svegli con gli occhi gonfi, applica due fette di patata fredde da freezer. Se hai più tempo concediti una maschera-patch. Sono ideali quelle a base di caffeina, che stimola il microcircolo.

● A casa, almeno una volta la settimana, effettua uno scrub. Se la pelle è delicata stempera la texture con una goccia di latte detergente. Ogni 2-3 mesi puoi fare un peeling all'acido mandelico che aiuta a rigenerare e ossigenare la pelle in profondità e la rende subito luminosa (da 100 euro a seduta).

DM MODA E BELLEZZA . SPECIALE VISO

02. Idrata non stop

La pelle può rischiare di disidratarsi a ogni età e tutto l'anno: soprattutto d'inverno. La colpa è di freddo, vento e sbalzi di temperatura. «Il film idrolipidico si altera e il viso può diventare iper reattivo o super sensibile» spiega Maria Gabriella Di Russo, medico estetico. «Idratare senza sosta è il primo passo per migliorare la situazione». Quali formule preferire? Bene quelle a base di acido ialuronico, un ingrediente in grado di trattenere l'acqua negli strati profondi del derma, come una spugna. E quelle con ceramidi, sostanze lipidiche naturalmente presenti negli spazi intercellulari che rinforzano la barriera cutanea. Soffri di rossori causati dagli sbalzi di temperatura? Tieni a portata di mano una crema Sos a base di sostanze lenitive e riequilibranti come l'equiseto, la vite rossa e la calendula.

AGLI ESTRATTI MARINI

Blue Therapy Cream-In-Oil di Biotherm (66,50 euro) ha un'azione riparatrice e una texture ricca e super nutriente.



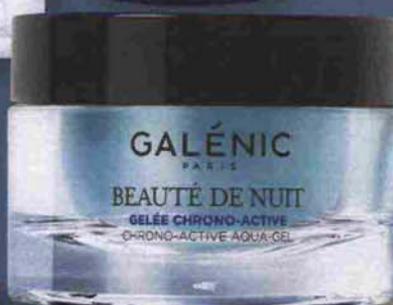
ALLA ROSA

Assicura alla pelle un pieno d'idratazione grazie agli estratti delle rose nobili, all'olio di riso e di jojoba: Siero Senza Età Viso&Occhi di Acqua alle Rose (17,99 euro).



ALLA PAPAYA

Beauté de Nuit di Galénic (64 euro, in farmacia) favorisce il turn over cellulare, in più trattiene l'acqua all'interno della cute: così al mattino la pelle appare più luminosa.



AL BURRO DI KARITÉ

Il Gommage Viso Detox Levigante di Salba (6,99 euro, in farmacia) pulisce la pelle senza irritarla.



ALLE VITAMINE

#Age Method Crema Suntuosa di Giovinezza di Dibi Milano (85 euro) ha una texture ricca super idratante e contrasta tutti i segni dell'età. Ideale dopo i 50 anni.



ALL'OLIO DI OLIVA

Olivo Crema Viso Pelli Mature di Bottega Verde (9,99 euro) è un trattamento non grasso che si assorbe subito, regalando una sensazione di comfort immediato.



**LE
ASTUZIE
per difendere
il capitale
acqua**

● Anche se non hai sete, in inverno non dimenticare di bere durante la giornata. In alternativa all'acqua naturale, vanno bene spremute e tè caldo. A tavola dai la preferenza al pesce: è ricco di Omega 3 e 6, che aiutano a ricostituire il film idrolipidico.

● Se la temperatura scende, aggiungi alla crema viso 2 gocce di olio di argan: è particolarmente nutriente ed emolliente e ha un'azione protettiva che contrasta rossori e screpolature causati dal freddo.

● Un trattamento in più? Prova la biostimolazione con acido ialuronico e vitamine. Sono microiniezioni eseguite con un ago sottilissimo che idratano al massimo e danno un effetto turgore. Servono tre sedute, una ogni 2 settimane (da 150 euro circa a trattamento).

D M MODA E BELLEZZA . SPECIALE VISO

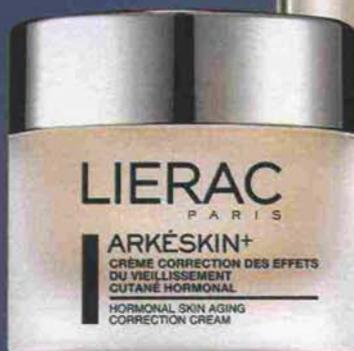
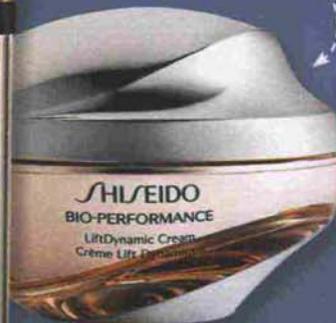
03. Ridisegna i volumi

Arriva un momento in cui la pelle del viso inizia a perdere tono, assottigliarsi e "scivolare" un po'. «Succede in genere dopo i 50 anni. Elastina e collagene diminuiscono, le guance tendono a svuotarsi, mentre l'ovale del viso si appesantisce nella parte bassa», spiega Sergio Novello, medico e chirurgo estetico. Tutta colpa della forza di gravità. Per contrastarla occorre intervenire su più fronti: è questo il momento di utilizzare una crema ad azione globale, che agisca cioè su tutti i segni del tempo. Cosa deve contenere? «Acido ialuronico, ma anche retinolo e fitoestratti per assicurare un'azione ridensificante e rimodellante».

A DOPPIA AZIONE
Elixir A Due Fasi Anew Ultimate Supreme di Avon (30 euro) combina i benefici di un siero hi-tech, che ripara i segni del tempo, all'azione idratante di preziosi oli.



ANTIGRAVITÀ
Bio-Performance LiftDynamic Cream di Shiseido (130 euro) ha una texture rassodante e idratante che migliora i contorni dell'ovale, restituendo un profilo più definito.



RASSODANTE
Siero Perfezione Viso e Collo di Collistar (58 euro) rimodella, ristruttura e uniforma la trama cutanea.



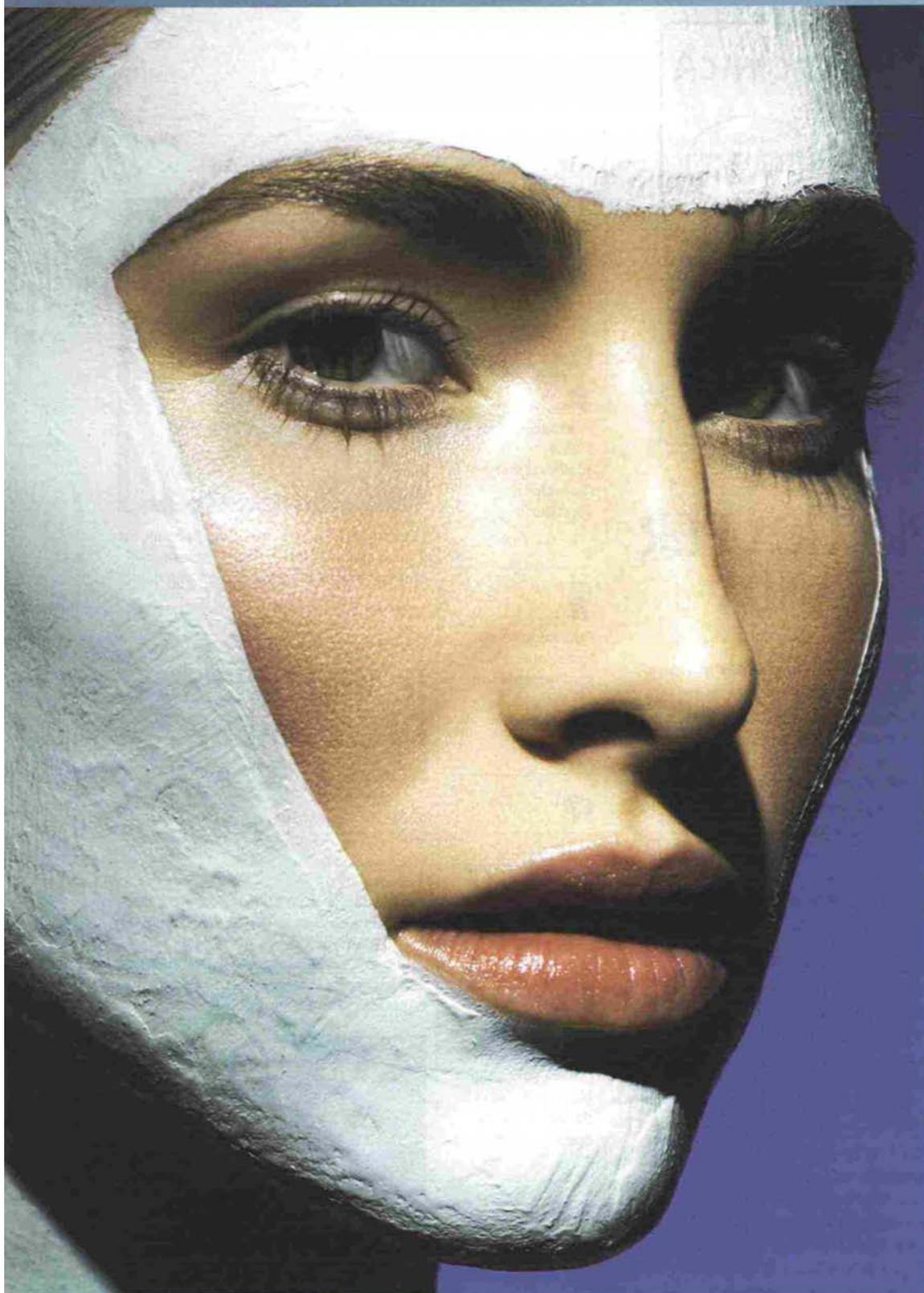
BOOSTER
La menopausa accelera l'invecchiamento? Arkéskin+ di Lierac (35 euro, in farmacia) rimette le cellule in modalità "giovinezza".



RISTRUTTURANTE
Leggera e nutriente, Crème Cachemire Redensifiante di Caudalie (43,70 euro, in farmacia) è la migliore alleata per la pelle secca contro le rughe e la perdita di tono.



GLOBALE
Age Perfect Golden Age Notte di L'Oréal Paris (15,49 euro) agisce mentre dormi rigenerando le cellule in profondità.



10

**I TIPS
per un
ovale
perfetto**

● Integra la dieta con fitoestrogeni vegetali come gli isoflavoni di soia, che controllano naturalmente la produzione ormonale. Basta bere un bicchiere di latte di soia o mangiare una porzione di tofu al giorno.

● Applica le creme con l'automassaggio, così riattivi al massimo la microcircolazione. Fai così: pizzica in profondità la pelle partendo dal mento lungo la mascella, verso le tempie. Poi, con i polpastrelli effettua massaggi circolari, dal basso verso l'alto.

● Un trattamento in più? Il lifting non chirurgico con i fili riassorbibili. Si iniettano lungo il profilo della mandibola e stimolano la produzione di nuovo collagene. A fine trattamento (30 minuti, un po' doloroso, ma sopportabile) la pelle appare subito più soda. Il risultato effettivo si vede dopo 15 giorni e dura circa due anni (da 600 euro).