

PIACERSI DI PIU_ ILLUMINARE

Viso radioso in tre mosse

PER CANCELLARE IL GRIGIORE
INVERNALE E RIDARE LUMINOSITÀ
ALLA PELLE BISOGNA SCEGLIERE
I COSMETICI ADATTI. LA GUIDA
PRATICA DEGLI ESPERTI DI OK

-Testo di Monica Catti-

Ci avete mai pensato? Colore e brillantezza di qualunque cosa intorno a noi si deve alla luce, che si riflette sulle superfici. Lo stesso vale per il viso. Se la pelle è compatta, levigata e uniforme, la luce vi si «specchia» perfettamente, rimandando a un'immagine giovane e luminosa. Se, al contrario, presenta avvallamenti, increspature e inestetismi, la carnagione sarà opaca, spenta e precocemente invecchiata. «Molti i fattori responsabili di questa patina grigia che appare sui tessuti, accelerando la produzione di radicali liberi e la formazione di macchie: dall'età allo stress, dai cambiamenti ormonali (compresi quelli della gravidanza) all'assunzione di alcuni farmaci, fino all'inquinamento atmosferico (più spiccato nei mesi invernali) e all'accumulo di tossine, che l'organismo non riesce a smaltire», spiega la dermatologa Magda Belmontesi, docente al

PIACERSI DI PIÙ_ILLUMINARE

Detergenti e scrub



WHITE OBJECTIVE H2O SOLUTION MICELLAIRE NETTOYANTE di Bioderma (200 ml, 17,40€; farmacia) deterge e previene le macchie.

ALOE LATTE DETERGENTE IDRATANTE di Equilibra, (200 ml, 4,50€; supermercato) con aloe vera, olio di mandorla, glicerina e bisabololo.



TONICO ILLUMINANTE di Euphidra (200 ml, 11,90€; farmacia) si applica al mattino per risvegliare l'epidermide ed è perfetto anche per fare impacchi.

EQUILYDRA SCRUB DELICATO di Lichtena (50 ml, 15,50€; farmacia) assicura una duplice azione levigante e idratante, favorendo il rinnovamento cellulare.



ATTIVI PURI ACIDO GLICOLICO PEELING PELLE PERFETTA di Collistar 30 ml, 37€; profumeria) combina il glicolico agli acidi mandelic e gluconico.

SCRUB-PEELING VISO di Estetil (50 ml, 13,90€; farmacia) con polvere di bambù e alfa-idrossiacidi naturali, più acido ialuronico potenziato.



GOMMAGE DOUX PURIFIANT di Avène (50 ml, 17,05€; farmacia) è una emulsione-gel ipoallergenica con microsfere di polietilene e cera di jojoba.

ELIXIR 7.9 RÉACTIVATEUR DE LUMIÈRE di Yves Rocher (30 ml, 19,95€; negozi monomarca) contiene un mix di sette piante e la tecnologia Lumi-Vegetale.

master di medicina estetica dell'Università di Pavia. «La pelle, sempre più ispessita e asfittica, "respira" a fatica e invece di riflettere la luce, la... respinge!». Quale periodo migliore dell'imminente primavera, che «scalza» il grigiore invernale a favore della luce, per inaugurare una strategia beauty rigenerante? È semplice, e in tre step.

PRIMO DETERGERE ED ESFOLIARE

Non c'è pelle luminosa e compatta, senza un'accurata detersione. «Un paio di volte la settimana, abbinate all'accurata pulizia quotidiana (con latte detergente e tonico delicati) uno scrub più "energico", essenziale per stimolare il ricambio cellulare ed eliminare cellule morte, tra le principali cause della carnagione opaca e spenta», commenta la dermatologa Marina Romagnoli, docente della scuola superiore post universitaria di medicina a indirizzo estetico di Milano. «Prima di procedere, fate un test, applicando una piccola quantità di prodotto dietro i lobi delle orecchie. Se, nel giro di qualche minuto, non compaiono irritazioni e rossori, via libera all'esfoliante. Lo scrub può essere di due tipi: meccanico e chimico. Il primo contiene, in genere, elementi abrasivi naturali (microgranuli di sali marini, sferette di polietilene, noccioli di frutti polverizzati e semi polverizzati). Il secondo, detto anche peeling, punta, invece, su acidi derivati dalla frutta: salicilico, glicolico (dalla canna da zucchero), melico (estratto dalla mela), tartarico dall'uva, che permettono alle cellule nuove di risalire più rapidamente verso gli strati epidermici superficiali. La potenza (e, dunque, il livello di profondità raggiunta) di questo trattamento dipende dalla concentrazione dell'acido: dal 5 al 10% delle soluzioni cosmetiche, al 20% di quelle utilizzate nei

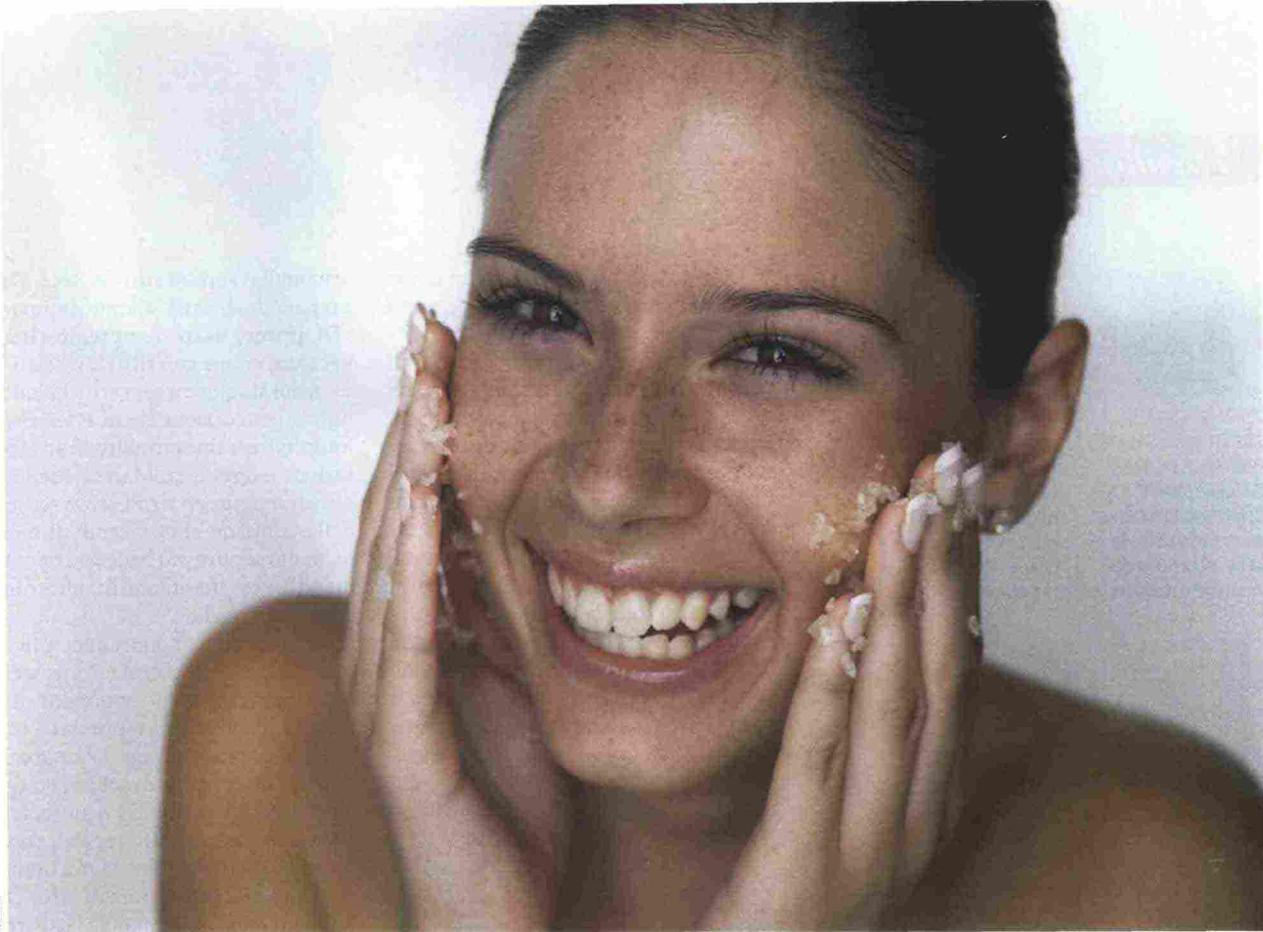
centri estetici, fino al 70% dei preparati medici, applicati solo dal dermatologo».

La pelle è secca e tendente alla disidratazione? «Scegliete un latte o una crema ad hoc a base di aloe, malva, calendula, achillea, sostanze rinfrescanti (melissa, arancio) e NMF (fattore idratante naturale), abbinati a un tonico analcolico», conclude Marina Romagnoli. «Ottimi, infine, gli oli detergenti: con principi calmanti (il più comune è la camomilla) e grassi vegetali (tra cui jojoba, mandorle, mais), talvolta delicatamente profumati (per esempio, al timo o alla menta), si asportano con un semplice risciacquo. Pur non essendo schiumogeni, puliscono in profondità, lasciando, nel contempo, la pelle morbida e idratata. Per niente grassi, possono essere usati anche dopo un'attività sportiva: proteggono la cute dagli agenti esterni o dal cloro della piscina».

SECONDO NUTRIRE E ILLUMINARE

Ma la detersione non basta. Il secondo step della beauty routine primaverile prevede l'utilizzo di creme idratanti e antietà, alternate ai più mirati trattamenti éclat. «L'offerta del mercato è davvero ampia e l'unico modo per orientarsi è quello di controllare sulle etichette gli ingredienti presenti nelle formule», precisa Magda Belmontesi. «Scegliendo tra le formule con acido ialuronico, che limita la perdita d'acqua della pelle, NMF (fattore idratante naturale), estratti di equisetto, avena e germe di grano, burro di karité (per rafforzare il film idrolipidico), ceramidi e glicoproteine (in grado di aumentare la coesione cellulare dei tessuti). A cui si aggiungono estratti di rosa mosqueta, malva, tiglio, calendula e iris e antiossidanti, come licopene (estratto dal pomodoro), acido ferulico, coenzi-

**DOPO L'IDRATANTE, LA MATTINA STENDI
SUL VISO UNA CREMA CHE RIATTIVI
LA MICROCIRCOLAZIONE CUTANEA**



MARKA

A ciascuno il suo peeling

Dopo una gravidanza, un trattamento ormonale o un'eccessiva esposizione al sole, la pelle può restare segnata da piccole macchie e irregolarità della pigmentazione.

«Perfetta la linea **Enerpeel**, costituita da 12 dispositivi medici a base di diversi acidi, o miscele di acidi, per il trattamento dei diversi inestetismi», spiega Maria Gabriella **Di Russo**, docente di medicina estetica al master di Pavia. «Si basano su un nuovo sistema tecnologico in grado di ridurre il "trauma" superficiale rendendo più efficiente il processo di rinnovamento dell'epidermide e del derma. Come le discromie

appunto, o gli effetti del fotoinvecchiamento o, ancora, l'eccesso di sebo e impurità, tipico delle pelli seborroiche e colpite da acne. Tre le fasi del trattamento. Innanzitutto si prepara la cute con salviette delipidificanti, per poi applicare la soluzione esfoliante. È ora il momento di stendere la soluzione chemioesfoliante sulle aree selezionate, per neutralizzare, infine, la superficie con salviette ad hoc a base di arginina». Stessa funzione, ma più incisiva per lo **Yellow Peeling**. «Dopo aver applicato una soluzione di acido glicolico (o tricloroacetico), lo specialista stende una pasta gialla

schiarante a base di acidi cogico, azelaico, retinoico, fitico e ascorbico», spiega Giuseppe Sito, docente a contratto di chirurgia plastica alla Seconda Università di Napoli. «Più completo il risultato garantito dalla **Soluzione di Jessner** (un mix di resorcina, acido lattico e acido salicilico). Oltre a eliminare le cellule morte in superficie, decolora quelle iperpigmentate dello strato corneo, rallentando la produzione di melanina. Il medico può aggiungere acido tricloroacetico (al 10%), che stimola i fibroblasti a produrre nuovo collagene. Per un risultato ottimale anche sul décolleté, va ripetuto dalle sei alle otto

volte a distanza di una settimana». Pelle asfittica e con una pigmentazione irregolare? «Serve un peeling soft di nuova generazione, come **Trimelas**», continua Sito. «Oltre a favorire la rigenerazione epidermica, contiene un'elevata quantità di attivi schiarenti e anti-età. Gli effetti sono visibili subito, ma è bene abbinarlo a una terapia domiciliare: 15 giorni prima della seduta, al mattino una crema a base di sostanze illuminanti e anti-macchia (arbutina, acido cogico, retinolo palmitato, vitamina C) e la sera, un esfoliante delicato ricco di polidrossiacidi, come il gluconolattone».

PIACERSI DI PIÙ_ILLUMINARE

I prodotti specifici



LUMINESCENCE CRÈME LUMIÈRE PERFECTRICE DE TEINT di Lierac (50 ml, 57 €; farmacia) riattiva la luminosità della pelle, attenuando macchie e rossori.

NUXELLE ÉCLAT di Nuxe (50 ml, 52 €; farmacia) è un trattamento rivelatore di giovinezza e luce, adatto a tutte le pelli, che leviga, illumina e rimpolpa.



GOLD TOUCH V.I.P. di Cosmech (10 ml, 58 €; farmacia, centri estetici e negozi monomarca) è un siero rivitalizzante ad alta concentrazione di vitamine.

WHITE LUCENCY BRIGHTENING SERUM FOR NECK AND DÉCOLLETAGE di Shiseido (75 ml, 80 €; profumeria) con piante asiatiche contro le discromie.



PROGRESSION HD CREMA CONTORNO OCCHI ILLUMINANTE di Rilastil (15 ml, 36 €; farmacia) contiene pigmenti uniformanti e un filler ottico per occhi luminosi.

CREMA SCHIARENTE TRATTAMENTO INTENSIVO di Declaric (30 ml, 29,50 €; farmacia) deve le sue proprietà depigmentanti all'esclusivo LumiComplex®.



PIGMENTCLAR UV SPF 30 SOIN CORRECTEUR RÉUNIFORMISANT UV di La Roche-Posay (30 ml, 28,23 €; farmacia) ha un'azione antimacchie a lunga durata.

CONCENTRÉ CORRECTEUR TACHES di Sisley (7 ml, 113 €; profumeria) contiene estratto di fiore di fico d'India e acido salicilico. Con pratico roll-on.

ma Q10, ginkgo biloba, tè verde, vitamina E e polifenoli estratti dall'uva, come il resveratrolo, e dalla frutta rossa».

E per un tocco di luce in più? «La mattina, stendete sul viso, dopo l'idratante, una crema éclat, illuminante, in grado di riattivare la microcircolazione cutanea e di accelerare il ricambio cellulare», precisa l'esperta. «Contiene, in genere, oligominerali e complessi di vitamine, in cui spicca la C, nota per le sue valenze ristrutturanti e schiarenti. La sua presenza ad alte concentrazioni in un cosmetico stimola, infatti, la produzione di collagene, che costituisce la struttura portante dei tessuti e combatte i radicali liberi. Inoltre, questi prodotti - proposti sotto forma di crema, siero o maschera - sono spesso arricchiti di microparticelle fotoriflettenti, che "catturano" la luce, agendo come minuscoli specchietti in grado di creare un effetto ottico luminoso».

TERZO

ELIMINARE MACCHIE E DISCROMIE

Infine, una carnagione radiosa dev'essere esente da macchie e imperfezioni dovute a una pigmentazione eccessiva o irregolare. Che spesso porta alla formazione di vere e proprie macchie, aggravate dall'età, da eventuali squilibri

ormonali e soprattutto dal sole. Da qui, un paio di «beauty diktat» antimacchia. «Di giorno, usare sempre, in città e in vacanza, creme con filtri Uv, prediligendo nelle stagioni meno critiche quelli di nuova generazione il cui effetto si prolunga oltre le due ore abituali ad alta protezione», aggiunge Marina Romagnoli. «E respingere con fermezza la seduzione delle lampade abbronzanti: al momento, fanno sentire più belle e in pace con il mondo. Poi, presentano il conto, caricando d'anni la pelle».

E se un giorno, nonostante tutto, una macchia, anche piccola, dovesse fare capolino davanti allo specchio? «La soluzione più semplice è puntare - tutte le sere, per almeno tre mesi - su specialità ad hoc, a base di acidi schiarenti (glicirretico, cogico e lipoico o tiottico, beta resorcilico) ed estratti vegetali (fiore di ibisco e del corbezzolo); la più immediata, ricorrere a una seduta di laser Qs dal dermatologo», raccomanda l'esperta.



Conta anche lo stile di vita

Qualche consiglio in più per una pelle fresca e luminosa? Composta com'è da acqua e sebo, dopo la stagione fredda, che l'ha sottoposta a una forte disidratazione, ha bisogno di nuova vitalità e riequilibrio. «Da qui la necessità di bere acqua, almeno due litri al giorno», consiglia Maria Gabriella Di Russo docente di medicina estetica al master di Pavia. «Di sera, perfetta

una tisana a base di erbe disintossicanti, come tarassaco, cardo mariano e carciofo. Occhio anche all'alimentazione. Evitate grigliate e fritti, metodi di cottura che favoriscono la glicazione, una combinazione tra zuccheri e proteine che porta alla formazione di AGE (Advanced Glycosylated End products) prodotti "tossici" per l'organismo che a livello cutaneo irrigidiscono il derma:

la pelle perde tono ed elasticità e di conseguenza invecchia precocemente. Abbondate, invece, con broccoli, succo d'arancia, spinaci, more, mirtilli, lamponi e ribes, contenenti antiossidanti e flavonoidi che migliorano la microcircolazione cutanea. Senza dimenticare l'attività fisica moderata all'aria aperta, che riattiva le funzioni della pelle e la mantiene ossigenata».