

Pulite così il viso alla mattina e alla sera

Per mantenere la pelle sana, elastica e compatta dedicate attenzioni alla sua pulizia quotidiana • Ecco le regole fondamentali da seguire prima di dormire e al risveglio



1) Total effects cleansers Seven in 1 di Olaz è il latte detergente antiattità che deterge la pelle e rimuove maquillage e impurità. 2) Facefence di Vagheggi è un detergente a base di olio che, a contatto con l'acqua, si trasforma in latte per pulire la pelle anche truccata 3) Defence di BioNike è studiato per detergere, proteggere e idratare la pelle sensibile e intollerante del viso e degli occhi. Inoltre previene arrossamenti, screpolature e irritazioni. 4) Tónico rivitalizzanti Fresh di Garnier ha una formula all'estratto di uva e Pro-Vitamina B5 per lasciare la pelle pulita e fresca. 5) Pureté Thermale di Vichy è uno struccante occhi con sostanze, l'arginina e la taurina, che aiutano a limitare la caduta delle ciglia. 6) Mousse Struccante Viso de L'Angelica deterge accuratamente e in profondità la pelle del viso. Gli estratti bio di achillea e timo svolgono un'azione astringente e purificante. 7) Lichtena



detergente di Giuliani è una emulsione per l'igiene quotidiana della pelle sensibile e disidratata del corpo e del viso. 8) Extra Pure Hyaluronic di IncaRose sono salviette struccanti imbevute con una emulsione che lascia la pelle elastica e idratata. 9) Le salviette struccanti di Fresh & Clean sono al Latte di orchidea e vitamina E. 10) Le salviette struccanti Doppia Azione di Lycia sono con latte detergente in tre versioni: per pelli normali, sensibili e grasse.

I NOSTRI CONSIGLI

Dopo il risciacquo, tamponate sempre il viso con un asciugamano, altrimenti rischiate di favorire la disidratazione che conduce a una fastidiosa e antiestetica secchezza della pelle.

- Dopo la pulizia, applicate una crema: extraidratante per le pelli più secche; normalizzante per le pelli troppo grasse; antirughe

per distendere la superficie della pelle danneggiata.

- Per spalmare la crema prendetene una piccola quantità e procedete così: una ditata sulla fronte, una su ogni angolo delle labbra, una sugli zigomi e una all'esterno degli occhi. Stendetela poi con lievi movimenti circolari, usando i polpastrelli, dal centro del viso verso i lati.

Per proteggere la pelle del viso, mantenendola sana, elastica e luminosa, consiglio alcuni piccoli gesti quotidiani, a cominciare da una pulizia corretta e regolare. Consiglio perciò, innanzitutto, di pulire il viso due volte al giorno, al risveglio e prima di andare a letto. Per fare questa semplice operazione, suggerisco di non usare acqua troppo calda e di preferire detergenti specifici, scegliendo quello più adatto al proprio tipo di pelle.

Questi sono i suggerimenti di un grande medico, il professor Antonino Di Pietro, dermatologo di fama internazionale, presidente dell'Isplad, la Società di dermatologia plastica e oncologica e autore del libro *Per la tua pelle*, edito da Sperling & Kupfer. Ci siamo rivolti a lui per sapere perché è importante la pulizia del viso e come consiglia di effettuarla al meglio.

«Perché è così importante la pulizia del viso?».

«Perché l'inquinamento atmosferico», risponde il professor Di Pietro «può alterare il film idrolipidico, cioè la barriera naturale che protegge la pelle. Questo non causa solo la perdita di luminosità del viso, ma anche una alterazione degli equilibri cutanei interni. La pelle diventa così più vulnerabile. Raccomando perciò di detergere il viso con cura prima di andare a dormire e poi al risveglio».

«Come suggerisce di pulire il viso?», gli chiediamo.

«Prima di tutto raccomandando di evitare l'acqua troppo calda perché secca la pelle», rispon-

de il dermatologo. «Inoltre suggerisco di usare un prodotto detergente specifico, da scegliere in base alla propria tipologia di pelle. Il detergente va versato in piccola quantità sulle mani e va spalmato sul viso leggermente umido, massaggiando ogni zona».

È meglio evitare il sapone

«Come consiglia di procedere?».

«Dal centro del volto per raggiungere a mano a mano le aree esterne, con lievi movimenti di sfioramento», risponde il professor Di Pietro. «Il viso va poi tamponato con una salvietta morbida e risciacquato con acqua tiepida. Per struccare le labbra consiglio di premervi sopra una velina, in modo da asciugare anche la parte grassa del rossetto. Suggerisco poi di passare una piccola quantità di detergente e, dopo qualche secondo, di assorbirlo con una salvietta di carta. Per gli occhi consiglio di usare un batuffolo di cotone imbevuto di latte detergente o di utilizzare le apposite salviette pronte per l'uso. Il batuffolo o la salvietta vanno passati a occhi chiusi, prima sulle ciglia e poi sulle palpebre. Dopo avere svolto tutte queste operazioni, il viso va picchiettato con un batuffolo di cotone imbevuto di tonico o di lozione, per poi tamponarlo con un asciugamano. Per completare la pulizia infine suggerisco di applicare una crema idratante da scegliere in base al proprio tipo di pelle».



Il professor Antonino Di Pietro