

PHARMA BEAUTY

SOTTO IL VESTITO...

UNA PELLE MORBIDA, ELASTICA, SODA. CON LE FORMULE
HIGH TECH DISPONIBILI IN FARMACIA, CHE CONTRASTANO
I RIGORI INVERNALI. E POTENZIANO IL SEX APPEAL

Di Isabella Lechi, still life Ivan Serafino



L'arrivo dell'inverno è sempre un momento delicato per il nostro corpo e va affrontato con cautela. Perché l'aria fredda inaridisce

la pelle, nonostante gli strati protettivi di sciarpe, maglioni e cappotti.

E se in estate lo stress cutaneo viene dai raggi Uv, dal vento e dal sale, in questa stagione l'epidermide dev'essere preparata ad affrontare ostacoli diversi. Primi fra tutti l'inquinamento, un problema sentito da chi vive in città. Per questo, nonostante le giornate si accorcino e ci invoglino alla pigrizia, è indispensabile fare un piccolo sforzo e iniziare una nuova beauty routine. Si otterranno fin da subito grandi benefici: non solo per la pelle ma anche per l'umore. Ma come mettere in pratica strategie mirate? Risponde Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano.

RIGENERARE

«Per prima cosa è bene preparare la pelle a ricevere i trattamenti. Per questo è indispensabile eliminare le cellule cornee superficiali con lo scrub», spiega Di Pietro. «In questo modo si eliminano le impurità e si stimola il rinnovamento cellulare: l'epidermide diventa subito più compatta e più morbida. E i trattamenti successivi saranno più efficaci». Possiamo paragonare le cellule cutanee alle piastrelle di un pavimento: se non sono compatte e coese fra loro, si rischia di avere una superficie non uniforme, con il rischio di un'eccessiva evaporazione dell'acqua e quindi una conseguente disidratazione. Il problema può essere facilmente evitato, appunto, se levighiamo periodicamente la pelle.

LA PELLE IN INVERNO HA BISOGNO DI UN'IDRATAZIONE EXTRA. PER RESTARE ELASTICA, MORBIDA E COMPATTA. IN BARBA ALL'ETÀ

IDRATARE

Non c'è niente da fare: una corretta idratazione è indispensabile se si vuole avere la pelle in buona salute anche d'inverno. Oggi sono disponibili svariate formule cosmetiche che soddisfano ogni esigenza, con ingredienti capaci di contrastare i radicali liberi, i maggiori responsabili dell'invecchiamento cutaneo. «Sono molto indicate in questo periodo quelle che contengono vitamina E e tocoferolo, potenti antiossidanti» spiega ancora Di Pietro. «È importante utilizzare creme od oli arricchiti con sostanze nutrienti e idratanti che mantengano il film lipidico superficiale, per aiutare le cellule a rimanere compatte ed evitare screpolature e secchezza». Ben vengano dunque le formule arricchite con vitamine, oligoelementi, estratti di piante e fiori, veri e propri rigeneranti». Da non sottovalutare poi che in inverno, molto più che in estate, la pelle è a stretto contatto con i vestiti. «Per questo è meglio scegliere abiti comodi, che non comprimano il corpo, perché il continuo sfregamento della stoffa ha un'azione invasiva e può provocare secchezza e irritazioni». Meglio evitare allora pantaloni e gonne troppo attillati, golfini eccessivamente aderenti, biancheria con elastici stretti.

CALMARE & RIEQUILIBRARE

Fra i maggiori nemici della pelle, in inverno, ci sono gli sbalzi termici. «Quando il clima diventa rigido, si passa da temperature intorno allo zero ad ambienti riscaldati, con 20 gradi in più. I vasi capillari sono messi a dura prova» continua Di Pietro. In pochi secondi passano da estreme contrazioni a estreme dilatazioni. L'epidermide impallidisce

1. SMAGLIATURE

Se la pelle è disidratata, il rischio che si segni aumenta. **Rilastil Smagliature** è una crema fluida e scorrevole, che tonifica, idrata e rigenera in profondità (€ 30,50).

4. BOTANICA

Il latte di rosa, ricco di fosfolipidi, rinforza la barriera cutanea, gli estratti di litchi e lamponi, con vitamina C, hanno un effetto antiossidante. In più, ha una profumazione piacevolissima: è **Hydra Body Lait** di **Lierac**, e frangipane (€ 19,90).

2. OLIO BENEFICO

Defence Body Olio Idratante di **BioNike** garantisce un'azione emolliente, grazie agli estratti di aloe, olio di girasole e vitamina E. Perfetto anche sulle pelli intolleranti (€ 18,95).

5. FLOREALE

Ha un intenso profumo di viola, rosa e iris questa formula d'avanguardia, con Omega 3, Omega 6 e un peptide di origine vegetale per un'azione antiage. È **RitualEssence Latte Corpo Idratante** di **Korff**, firmato Istituto Ganassini (€ 28).

3. ANTIAGE

Con l'avanzare dell'età l'epidermide perde tono ed elasticità. **Somatoline Cosmetic Anti-Age Lift Effect**, con tocoferolo e olio di argan, combatte le aggressioni dei radicali liberi (€ 46).

6. IDRATANTE

Grande innovazione per **Eucerin Complete Repair Rich** è un'emulsione ricca di ingredienti unici. Come l'urea, che aumenta le capacità della pelle di trattenere acqua e di Ceramide 3, idratante (€ 23,50).





6 L'AUTOPROTEZIONE DELLA PELLE PARTE DA UNA BUONA DIETA, RICCA DI VITAMINE, DI ANTOCIANOSIDI (FRUTTI DI BOSCO) CHE STIMOLANO LA MICROCIRCOLAZIONE, E DI LIPIDI

1. BIOLOGICA

Per idratare le pelli più sensibili **Planter's** ha messo a punto Aloe vera Bio Emulsione Corpo, una formula biologica priva di parabeni, petrolati e siliconi (€ 18).

4. BURROSA

Dopo il bagno o la doccia la Crema per il Corpo **Mandorla L'Erbolario** è una delizia: racchiude quattro burri (karité, cacao, avocado e illipé) e tre oli (mandorle, mango e cotone) che riparano la pelle (€ 17,80).

2. COMFORT

Per mantenere elastina e collagene a livelli ottimali serve una texture high tech come Crème Velours Nutrition et Fermeté di **Darphin**, arricchita con Menyanthes trifoliata, dall'azione rassodante anti-tietà (€ 44,50).

5. VITAMINICA

Per riequilibrare l'idratazione cutanea, da provare la texture ricca del Burro Corpo Elasticizzante di **Rougj**: formula vegetale con vitamine dalle proprietà antiossidanti (€ 32).

3. PER TUTTI

Straordinarie capacità idratanti rendono la Crema Nutriente di **Nivea** un prodotto ideale per la famiglia. Qui nel classico formato vintage (€ 5,20).

6. RIMPOLPANTE

Si chiama Hydrovance il nuovo agente idratante derivato dall'urea, che penetra in profondità migliorando tono e luminosità. Rende Nutriextra Crema di **Vichy** un concentrato rimpolpante (€ 17,90).

o si arrossa facilmente, soprattutto se questi sbalzi sono continui, come avviene durante una giornata di shopping. «Il modo migliore per proteggersi è aiutarsi dall'interno con una dieta ricca di frutti di bosco, che contengono flavonoidi; dall'esterno invece, meglio usare creme a base di glucosamina e fosfolipidi, dalle proprietà lenitive e protettive». Come spesso accade, la costanza fa la differenza. Se ogni mattina dedichiamo qualche minuto all'automassaggio, sempre dal basso verso l'alto, per far penetrare le emulsioni in profondità, la nostra epidermide ci dimostrerà immensa gratitudine.