Bellezza

CHE BEL COLLO!

Non è mai troppo presto per iniziare a sostenere il "piedistallo" del viso. Con un lavoro di squadra tra trattamenti quotidiani, buone abitudini e un maquillage impercettibile, segni e pieghe possono aspettare. Qui trovi tutte le strategie migliori

di Beatrice Serra

Se c'è una parte del corpo che invecchia precocemente e che, per la sua "debolezza costituzionale", dovrebbe assorbire l'attenzione delle donne anche under 30 è il collo. I geni c'entrano ma contro la comparsa di rughe profonde (la "collana di Venere"), lassità e doppio mento fa moltissimo uno stile cosmetico centrato, lo stesso poi che può correggere pure i danni già visibili. Vediamo nel dettaglio quali sono le armi migliori per conquistare (o preservare) un bel collo.

NON DIMENTICARE CREME E POSTURA

Prof. Antonino Di Pietro
Dermatologo, direttore Istituto Dermoclinico Vita Cutis di Milano

Professor Di Pietro, perché il collo si segna così facilmente?

Il collo è costituito in gran parte dai tessuti molli che risentono fortemente della forza di gravità: lo giriamo, lo pieghiamo migliaia di volte nel corso della giornata e quando stiamo davanti al pc, leggiamo o guardiamo lo smartphone teniamo il mento sempre basso. Facile, perciò, si formino delle pieghe che rallentano la circolazione. Ma, con le cellule poco ossigenate, la pelle produce meno collagene ed elastina, e il collo si segna. Il primo fattore di invecchiamento, quindi, è una cattiva postura mentre per mantenere il collo tonico dovremmo sforzarci di stare il più possibile con il mento a 90 gradi, come se appoggiasse su una mensola. Questa parte del corpo, poi, si disidrata con facilità perché ha la pelle più sottile e poche ghiandole sebacee. Mentre l'abitudine, diffusa, di spruzzare profumo vicino alle orecchie è responsabile della formazione di macchie scure – per colpa del binomio profumo-sole – ai lati del collo.

Qual è la skincare giusta per mantenerlo tonico e levigato?

Detergerlo sempre con latte detergente a risciacquo o con acqua micellare, evitando saponi schiumogeni che tendono a intaccare la superficie cutanea e, quindi, a inaridirla. E mettersi mattino e sera sieri e creme "rinforzanti" come quelle base di fospidina, fosfolipidi e glucolina, tutte sostanze che aiutano la pelle ad aumentare la produzione di acido ialuronico. Nella bella stagione, →

STOCKSY

112296

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Si parla di noi

Dott.ssa. Elena Giampetruzzi
Esperta in medicina estetica e rigenerativa antiaging presso il centro Cerva 16 di Milano

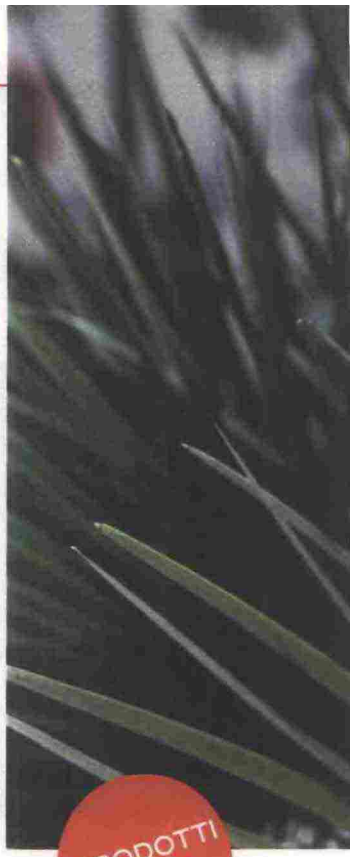
I TRE STEP DELLA MEDICINA ESTETICA

Un collo slanciato, liscio e senza segni? È possibile solo a patto di non puntare su un unico trattamento miracoloso ma su una sinergia da realizzare in tre step. «Il primo passo è dato da tre biorivitalizzazioni (una al mese), cioè microiniezioni di sostanze naturali rivitalizzanti: acido ialuronico, vitamine, aminoacidi e peptidi biomimetici», avverte la dottoressa Elena Giampetruzzi, esperta in medicina estetica e rigenerativa antiaging presso il centro Cerva 16 di Milano. «Il secondo prevede uno-due trattamenti di microneedling: la punta di una "penna" dotata di sottilissimi aghetti viene passata velocemente sulla pelle per stimolare la rigenerazione delle fibre elastiche, collagene ed elastina. Ultimo passaggio: uno-due peeling a base di acido glicolico o mandelico a diverse concentrazioni in base all'età della paziente, all'idratazione della sua pelle, nonché alla presenza di macchie e di rughe da tech-neck, il collo "tecnologico" segnato da ore passate sui dispositivi digitali».

112296

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

1 Contiene un peptide ristrutturante che migliora l'elasticità della pelle: **Lift Integral Gel-Crema Collo & Décolleté** di **Lierac**. 59,90 €, in farmacia. **2** Per pelli mature la crema rassodante **Shiseido Benefiance Concentrated Neck Contour Treatment**. 105,99 €, in profumeria. **3** I suoi attivi evitano alla pelle la perdita di collagene e la idratano: **Rilastil Rassodante Crema Viso-Collo**. 46 €, in farmacia. **4** **Anthelios Latte Idratante** di **La Roche Posay** è un solare performante: grazie alla tecnologia Netlock, scherma i raggi Uva e Uvb, resiste al sudore, è invisibile. 26 €, in farmacia. **5** Per detergere senza irritare la **Lozione detergente in gel Tolérance** di **Avène**, con acqua termale ultra dolce. 18 €, in farmacia.



1 **Ageless** di **Prai** è un device agli ioni che aiuta lo specifico siero a rimpolpare le rughe del collo e a tenerlo su. 79,5 €, su *qvc.it* **2** Si tiene in posa tutta la notte la **Maschera-crema Riparazione Notturna** di **Collistar**, con estratto di

→ poi, non dimenticarsi mai di applicare una protezione solare alta (SPF 50), dal mento al décolleté, un quarto d'ora prima d'uscire. Una buona abitudine è anche utilizzare, almeno una volta alla settimana, una maschera specifica per ricompattare i tessuti, oltre a fare una ginnastica circolatoria con l'acqua, alternando un getto tiepido a uno freddo. Per quanto riguarda lo scrub, ok anche sul collo. I migliori sono a base di sostanze naturali, con granuli molto fini che non irritano e ricchi di principi rigeneranti.

MAKE UP I FLASH GIUSTI

Lucrezia Bartilucci
Make up artist

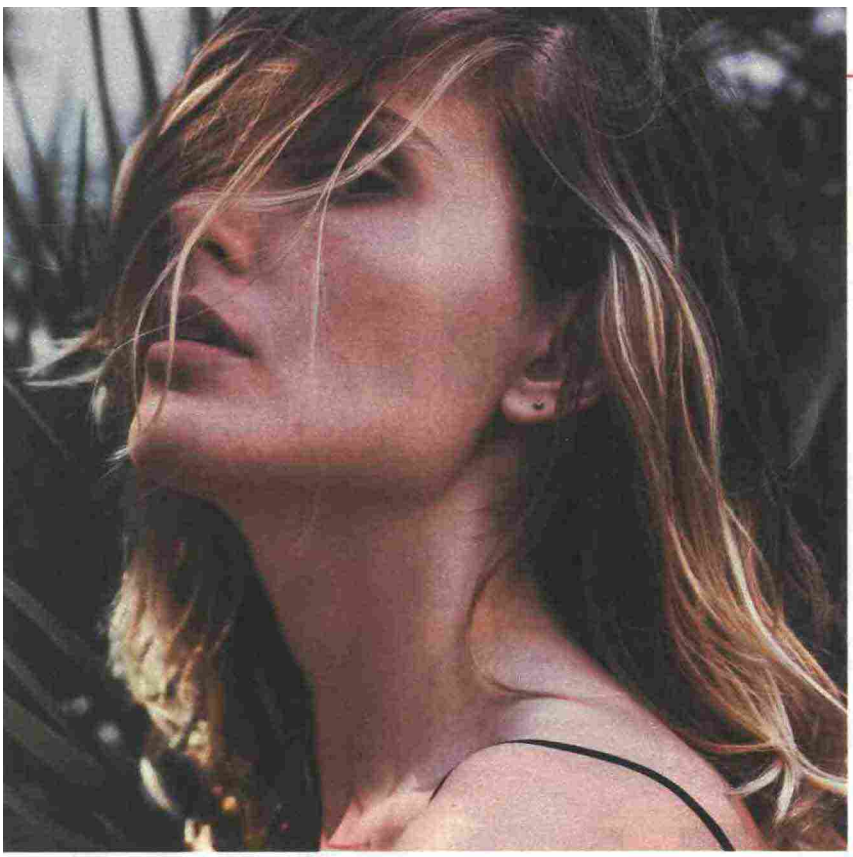
Lucrezia, ma il collo va truccato come il resto del viso?
In linea di massima no. Per evitare quei brutti stacchi di colore tra sopra e sotto il mento, basta usare per il viso un fondotinta della stessa tonalità della pelle, al limite mezzo tono più chiaro, e sfumarlo bene sotto la mandibola. Poi, si spolvera anche sul collo un po' di terra abbronzante. Se invece ci sono macchie o rossori, si nascondono picchiettando sulle discromie solo un correttore cremoso neutro rispetto all'incarnato o colorato (verde per le macchie rosse, viola o arancio per quelle scure).

E invece per un'occasione speciale?
Il make up su collo e décolleté deve creare un incarnato uniforme, riscaldato da un gioco di ombre e luci. Prima si stende il fondotinta in strato leggero, e poi via con due correttori (in polvere o crema) di colore marrone freddo: quello di tono più scuro si spalma appena sotto e sopra la mandibola, il più chiaro proprio sopra l'osso, per creare una specie di contouring che fa risaltare il décolleté. Nel finale, tocchi di illuminante sempre sopra l'osso. Il tutto va fissato

112296

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Si parla di noi



STOCKSY, MARIO GIRAMEGNA

microalga marina stimolante. 40 €, in profumeria. **3** Per un'azione lifting immediata: **Extra-Firming Cou & Décolleté** di **Clarins**, con principi ricavati dal girasole. 70 €, su *clarins.it* **4** Perfetto per un make up invisibile sul collo il fondotinta **The Universal Foundation di Astra** in 20 nuance, 8,90, *astra.it* **5** È un siero-olio nutriente e antiossidante **Comfort Zone Sublime Skin Oil Serum.** 90 €, in istituto. **6** Monouso in tessuto con estratti vegetali, **Bio Mask Innovation Incarose** solleva collo e mento. 5,40 €, in farmacia ed erboristeria.

con cipria trasparente o uno spray fixing. Meglio non mettere, però, collane e collier, altrimenti il risultato sarà troppo pesante!

MASSAGGIO 5 MINUTI TUTTI I GIORNI

Alessandra Ricchizzi
Facialist esperta in manual lifting

Alessandra, quanto è importante il massaggio per conservare il collo giovane?

Fondamentale, anche perché il collo è una parte "delicatissima" del corpo femminile, soprattutto se è lungo e stretto: tende a "scendere" di più, ho notato nella mia esperienza professionale. Il massaggio manuale, invece, è un ottimo anti-rilassamento poiché drena i vasi linfatici e stimola i muscoli – che hanno una memoria – a lavorare di più. È come se facesse fare alla pelle una specie di workout sia interno sia esterno: si ossigenano i tessuti e si agisce direttamente sui muscoli laterali che sostengono la testa. E iniziare con questa pratica già dai 18-20 anni è l'ideale, rafforza l'elasticità nel tempo. Ai massaggi poi abbiniamo la ginnastica facciale. Qualche esercizio semplice (ma da fare tutti i giorni) come tirare fuori la lingua (in posizione eretta) il più possibile ha un vero effetto lifting. Sul doppiomento, invece, il massaggio migliora l'aspetto ma non fa miracoli!

Ci dai qualche consiglio per un buon auto-massaggio quotidiano?

S'inizia dal décolleté, cioè dal basso verso l'alto, per riscaldare la zona e creare ossigenazione cellulare e muscolare. Il primo step è aprire i vasi linfatici con gesti lenti e dolci; dopo 2 minuti, si passa a movimenti frizionati più energici a vantaggio della circolazione. Come prodotti da usare, qualsiasi crema adatta alla propria pelle va bene. Ma per una stimolazione più nutriente consiglio l'olio di canapa o d'argan: hanno una texture vellutata, che scivola senza sforzo e vengono assorbiti in quei 5 minuti necessari a fare un massaggio rigenerante.

112296

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Si parla di noi