



Il professor
Antonino Di Pietro

Consigli di **BELLEZZA**

Massaggiate ogni sera la pelle del viso

Applicate un velo di crema sul viso facendo un delicato massaggio per cinque minuti: riattiva la circolazione e rende la pelle più luminosa

Ora che è inverno il freddo mette a dura prova la pelle del viso, rendendola più secca e meno luminosa. Per mantenerla sempre idratata, vi consiglio di curare innanzitutto l'igiene della

pelle, lavando bene il viso al mattino e alla sera con abbondante acqua tiepida e, poi, di asciugare bene la pelle, in particolare attorno alla bocca e agli occhi. Inoltre raccomando di stendere sempre al mattino sulla pelle un velo di crema idratante e alla sera di massaggiare con una crema la pelle prima di andare a dormire, con movimenti circolari e dando lievi pizzicotti, per circa cinque minuti».

Questi sono i suggerimenti di un grande medico, il professor Antonino Di Pietro (www.antoninodipietro.it), presidente fondatore dell'Isplad, la società internazionale di dermatologia plastica, oncologica e rigenerativa, e direttore dell'Istituto dermoclinico Vita Cutis, a Milano (www.istitutodermoclinico.com). A lui ci siamo rivolti per sapere come mantenere idratata la pelle del viso e gli chiediamo: «Perché consiglia di lavare la pelle con cura due volte al giorno?».

«Lavate il viso due volte al giorno»

«Per mantenere la pelle sempre idratata e profumata», spiega il professor Di Pietro «raccomando di lavare il viso al risveglio, per rinfrescare la pelle e per darle maggiore vitalità, e anche alla sera, per

eliminare il trucco e le sostanze inquinanti presenti nell'atmosfera. Consiglio di utilizzare l'acqua tiepida poiché quella troppo calda secca la pelle».

«Asciugate bene il contorno occhi»

«Perché è anche importante asciugare bene la pelle?», gli chiediamo.

«Le goccioline d'acqua che restano sulla pelle, in particolare attorno alla bocca e agli occhi», dice il professor Di Pietro «quando fa freddo possono creare screpolature».

«Perché consiglia di applicare una crema idratante al mattino e alla sera?», gli chiediamo.

«Innanzitutto applicare una crema al mattino la protegge dal freddo», risponde il professor Di Pietro. «Inoltre, con il tempo, le cellule superficiali della pelle perdono compattezza e il viso appare più opaco. Quindi, applicando creme a base di sostanze che ricompattano la pelle, come quelle contenenti glucosamina, ceramidi e deltalatone, oppure il siero fospidin, ricco di sostanze che derivano dalla soia, la pelle del viso apparirà più idratata, seducente e vellutata».

«Perché mentre applichiamo la crema consiglia di massaggiare la pelle?», gli domandiamo.

«Perché il massaggio ha la funzione di riattivare la circolazione», conclude il professor Di Pietro «e regala luminosità e bellezza alla pelle del viso, donandole anche un colorito più seducente».

I NOSTRI CONSIGLI

Quando lavate la pelle del viso preferite un sapone delicato, che non faccia tanta schiuma e che sia specifico per il viso.

- Nei giorni freddi, se avete la pelle molto delicata, ricordatevi di uscire sempre con una sciarpa, in modo da proteggere maggiormente la pelle dal freddo e dal vento e

da evitare arrossamenti e screpolature.

- Se amate il trucco, ogni sera ricordatevi di utilizzare un batuffolo imbevuto di struccante e di fare un'accurata pulizia della pelle.

- Bevete almeno un litro e mezzo di acqua al giorno per mantenere la pelle idratata.