

Beauty
IN

VOGUE

MAKE-UP

Body
sculpting
today

NOVEMBER 2006

Certo, la natura ha deciso di riservare a Claudia Schiffer una corsia preferenziale. Quindi per lei fare i conti con gli anni che passano è un po' più facile rispetto alle altre. Ma è pur vero che sapere quali sono gli steps fondamentali per una corretta manutenzione da chi la pelle la studia e la cura aiuta non poco ad arrivare al traguardo dei 40/45 al meglio della forma.

Cosa succede alla pelle tra i 30 e i 40 anni? Quali sono i cambiamenti più evidenti che devono mettere in allerta?

«Tra tutte le modificazioni che la pelle subisce nel corso della sua esistenza, quelle che avvengono in questo decennio sono le meno visibili, ma anche la premessa di *défaillances* ben più evidenti. Per intenderci: è proprio in questo periodo che, a chi prima a chi dopo, vengono a galla tutte quelle problematiche cutanee legate a sconsiderate esposizioni agli UV a partire dall'infanzia. Sì perché il sole genera un danno da accumulo: sembra di essere passati indenni e poi di colpo ecco che il danno Uv si palesa sotto le mentite spoglie di macchie, grinze, zone ruvide, atonie. Senza considerare che apparteniamo a una generazione lampadizzata: la sollecitazione artificiale ha davvero un plus devastante sull'epidermide. Tornando alle modificazioni, le fibre elastiche vengono prodotte in maniera diversa, con meno regolarità a discapito di sofficietà e morbidezza. Tutti down che vengono enfatizzati dal fatto che questi dieci anni sono anche i detentori del primato di stress: il lavoro di solito decolla, è l'età in cui ci si sposa, ci si

separa, si fanno figli. Rispetto a 50 anni fa la vita si complica non poco e la pelle, nonostante abbia ancora una notevole capacità di ripresa, mostra i primi segni di cedimento. E contorno occhi e bocca sono i primi rivelatori di disagio psico-fisico», spiega la dermatologa Corinna Rigoni.

Quali sono gli steps idonei affinché il viso si mantenga a lungo fresco e tonico? E quali le cure più indicate?

Non ha dubbi il professor Antonino Di Pietro, presidente della Società Italiana di Dermatologia Plastica (ISPLAD) che il mese scorso è intervenuto all'interessante convegno "Donne e salute della pelle: parliamone", reso possibile da Clinique e organizzato dall'Osservatorio Nazionale sulla Salute della Donna: «Il primo grande segnale d'allarme che la pelle lancia a questa età è la perdita del colorito uniforme per via di un naturale accumulo sulla superficie di cellule cornee ricche di melanina. Sì, perché mentre fino ai 30-35 anni il ricambio cellulare è di circa 1 mese, via via la cellula rimane attaccata all'epidermide per un tempo maggiore (circa 3-4 mesi). Ecco dunque l'esigenza di un peeling settimanale, cominciando da quelli do-it-yourself, più soft, fino ad arrivare a quelli del dermatologo, più concentrati e mirati. Secondo segnale inequivocabile e dall'origine più profonda, ovvero nel derma, è la progressiva disidratazione dovuta a una diminuzione della produzione di fibre elastiche, primi fra tutte collagene e acido ialuronico. La conseguenza visibile?

Rughe, grinze, pieghe cutanee, insomma tutti quei micro-segni candidati a diventare rughe indelebili. Le soluzioni: i massaggi linfodrenanti e riattivanti del microcircolo fanno, fino a quando però è necessario intervenire con microiniezioni di acido ialuronico, riattivanti di collagene, le uniche in grado di dissetare davvero dove e quanto serve. Ottimo il Picotage, iniezioni molto superficiali, di solo un millimetro, che si espandono su tutto il viso. Altra soluzione, ma solo quando le rughe si fanno inequivocabili, i filler, purché siano riassorbibili e reversibili, che permettano cioè di ritornare alla condizione di partenza. Sostanza top: ancora una volta l'acido ialuronico, che, essendo rigenerante, svolge un'azione stimolante e preventiva».

Spa e centri di benessere: aiutano? Come sceglierli?

«A questa età vince la costanza, perché si deve intervenire su una situazione generale consolidata per costituzione fisica, eventi naturali, attività fisica, alimentazione e interventi chirurgici/estetici: è perciò necessario seguire un iter a

lunga scadenza, che permetta di mantenere elastiche e compatte le fibre e il derma. Così agisce il nostro programma di "Bio-stimolazione tissutale", un trattamento medico/estetico che mira a stimolare i fibroblasti favorendo una nuova produzione di collagene. La prima fase deve essere d'urto. 1 seduta alla settimana per 5 di seguito di carbositerapia e biorevitalizzazione con acido ialuronico e vitamine a viso e corpo. Il tutto abbinato a un massaggio linfodrenante totale. Poi il protocollo prevede una seduta al mese di richiamo. Importanti i trattamenti estetici di accompagnamento: per il viso ottimo l'antiossidante C.A.P.S. a base di acido lipoico attivatore delle vitamine C ed E, il top per reidratare in profondità i tessuti, e per il corpo il Criotoning, dal potente plus rassodante grazie a luppolo e lipoplastidina di polline», spiegano Elisabetta Grassi, Spa Manager del Centro Benessere di Stresa Grand Hotel des Iles Borromées e la Direttrice Medica, dottoressa Rosalba Maru Bustos (per info. tel.0323.938938).

Quanto conta l'alimentazione in questo decennio frenetico?

«Tanto, molto più di quanto si creda». È ancora il prof. Antonino Di Pietro a non avere dubbi. «A cominciare dai sempre derisi 2 litri d'acqua al giorno: fanno, eccome. Anzi sono determinanti per un corretto equilibrio idrico. Da supportare con flavonoidi (frutti di bosco) che ossigenano i tessuti e riattivano la circolazione e da Omega 3 (salmone, pesce azzurro, olio di semi e semi di sesamo), dal grande potere anti-ossidante». Concorde la Rigoni che si sofferma «sull'importanza degli integratori alimentari, a cominciare dalle vitamine C ed E, da assumere al mattino a digiuno». Marta Caramelli

MAKE-UP OBBLIGATO

5 MINUTI AL MASSIMO. TANTO DEVE DURARE PER JAMES KALIARDOS, FAMOSO MAKE-UP ARTIST CONSULENTE L'ORÉAL. L'ITER QUOTIDIANO DEL MAQUILLAGE. SPECIE IN UN'ETÀ CLOU COME QUELLA TRA I 30 E I 40 ANNI. «BISOGNA EVITARE DI CAEDERE NELL'ERRORE DI VESTIRE TROPPO E OVUNQUE IL VISO. E PUNTARE A ESALTARE UNA SOLA CARATTERISTICA, CERCANDO DI MIMETIZZARE AL MEGLIO I SEGNI DI STANCHEZZA: VELI DI FONDOTINTA SOTTO GLI OCCHI, INTORNO A NASO E MENTO, MIXATI CON TOCCHI DI BLUSH SULLE GUANCE SONO INFALLIBILI NEL RIVITALIZZARE IL VOLTO. SÌ AL CORRETTORE LEGGERMENTE MAT SOTTO L'ANGOLO INTERNO DELL'OCCHIO. LASCIANDO L'ANGOLO ESTERNO LUMINOSO E NATURE. NO ASSOLUTO. INVECE, A RIFINITURE IN POLVERE. I MUST HAVE DI STAGIONE? MASCARA E EYELINER NERI, DUE BLUSH, UNO NEUTRO E UNO SHINE PER LE GOTE, UN LIPSTICK BEIGE/DORÉ E UNO COLORATO PER SENTIRSI BENE ANYWHERE.