

IL FEMMINILE DEL *CORRIERE DELLA SERA*

io

donna

**MODA &
LIFESTYLE**
**FIABE DI FINE
INVERNO**



Marco Bellocchio IL MATRIMONIO NON S'HA DA FARE
Modi di abitare PROVERESTI IL COHOUSING?
Sabina Guzzanti CREDETEMI, NON C'È NIENTE DA RIDERE

CAROLINA
KOSTNER la mia vita on the rocks

Per rendere più slanciato il collo, le donne Padaung (minoranza etnica birmana) utilizzano collane a cui, via via, aggiungono anelli, in modo da allungare i muscoli e tendere la pelle.



a meno che non sia lungo e slanciato come lo dipingeva Modigliani, al collo sono riservati solo sguardi distratti. Si fa notare, e parecchio, invece, quando inizia a perdere freschezza, diventando una temibile spia dell'età. Succede attorno ai 45 anni: le rughe appena accennate si fanno più profonde, la pelle appare meno compatta e, sotto il mento, tende a cedere. Correre ai ripari è ancora possibile, ma bisogna agire tempestivamente e in diverse direzioni. Anzitutto sugli strati cutanei più superficiali, per rinforzarne la struttura; poi sui tessuti profondi, dove avviene la produzione di fibre elastiche; infine sui muscoli, che devono essere ben tonici ed elastici, in modo da fornire all'epidermide un supporto adeguato.

A fior di pelle

«Più sottile e più povera di ghiandole sebacee rispetto a quella del viso, la pelle del collo è priva anche del prezioso sostegno costituito dal grasso sottocutaneo» spiega Riccarda Serri, docente di dermocosmetologia all'Università di Milano. «Ecco perché esige trattamenti e attenzioni particolari. A partire dalle creme, che devono essere ricche di oli vegetali, indispensabili per rinforzare il film idrolipidico cutaneo; associati a principi attivi in grado di accelerare il ricambio cellulare e mantenere integra la struttura dell'epidermide».

Azione profonda

Se in superficie la pelle ha bisogno soprattutto di protezione, negli strati più profondi (non raggiungibili dai cosmetici) occorre intervenire con metodiche capaci di stimolare la sintesi di tutte quelle sostanze responsabili del tono e della compattezza dei tessuti. «A questo scopo può essere utile un ciclo di microiniezioni di acido ialuronico, dalle proprietà fortemente idratanti; abbinato a glucosamina, una componente delle fibre di collagene, che costituiscono l'impalcatura del derma» consiglia Antonino Di Pietro, dermatologo plastico a Milano. «I risultati si notano dopo sei trattamenti con cadenza settimanale».

Attenzione al profilo

Quando il collo dà segni di rilassamento, spesso anche la zona sovrastante perde tono. Per scongiurare la comparsa del doppiamento sono stati studiati prodotti ad hoc. È il caso di Le Cou Crème Raffermissant Ligne Reponse Temps di Matis, che assicura un effetto lifting immediato, e di Capture Sculpt 10 Focus Menton-Cou Emulsion-Gel Minceur di Dior, particolarmente adatta ai visi rotondi, più esposti al rischio di un precoce cedimento.

Esercizi tonificanti

Ha uno spessore di pochi millimetri ma coinvolge una zona molto vasta: parte dai contorni inferiori del viso e si estende fino all'inizio del décolleté. Dal punto di vista estetico, il platisma è sicuramente il muscolo più importante del collo perché si aggancia direttamente alla pelle, sostenendola e mantenendola levigata. Con gli anni, però, tende ad allargarsi e ad allungarsi. Conseguenze: le rughe diventano più profonde e si creano due antiestetici cordoni laterali. Ma la soluzione c'è. Grazie ad adeguati esercizi di ginnastica, infatti, è possibile evitare che il principale supporto della pelle si deformi e perda forza. Ecco il più efficace: sdraiate, appoggiate il dito medio sotto il lobo delle orecchie, esercitando una certa pressione; alzare lentamente la testa di qualche centimetro, poi riabbassarla, per 25 volte. Quindi ruotare il capo da destra a sinistra e viceversa, senza mai appoggiarlo, per 30 volte. Eseguire l'esercizio ogni giorno, mattina e sera.



Ritratto di
donna della
famiglia
Cholmeley di
Joseph Wright
of Derby (1755).
Sopra, Nefertiti.



Mix calibrati

Le case cosmetiche offrono validi aiuti per preservare la freschezza del collo. Come Suractif Non-Stop Lifting Crema Intensiva Collo e Décolleté di Lancaster, che abbina retinolo ed elementi di origine marina; anche Crème Cou et Décolleté Recette Merveilleuse di Stendhal punta sull'azione rivitalizzante di estratti provenienti dal mare, combinati con olio di jojoba, idratante e ammorbidente. Proteine vegetali e l'esclusivo Pro-phosphor, invece, sono alla base della formula di Throath Sculptor di Helena Rubinstein; mentre Re-Nutriv Intensive Lifting Creme for Throat and Decollage di Estée Lauder racchiude un elaborato cocktail di attivi mirati a stimolare la produzione di fibre elastiche. Dopo i 50 anni, però, conviene scegliere una crema formulata per contrastare gli effetti degli inevitabili squilibri ormonali, che rendono la pelle più vulnerabile. Ottima Substantific Crème Cou et Décolleté di Guerlain.