

## ATTESA BELLEZZA

♥ Fuori fa freddo, dentro a volte troppo caldo. A complicare la situazione ci si mettono lo smog in città, il sole e il vento in montagna. Passare indenne l'inverno per la pelle non è facile, soprattutto durante l'attesa, quando la cute risulta ancora più delicata. Impoverita nelle sue riserve idriche, indebolita nel mantello lipidico che la protegge, reagisce ai rigori del gelo con secchezza e desquamazione, rossori e piccole irritazioni. Segni visibili di malessere che possono essere prevenuti e arginati scegliendo creme, maschere e balsami ricchi e soffici, capaci di restituire al viso e ai punti fragili come anche le mani e le labbra, il benessere e il comfort che le basse temperature possono compromettere.

### Fuori c'è il gelo...

♥ Il freddo provoca un restringimento dei vasi sanguigni: i tessuti ricevono minore ossigenazione e

diventano a poco a poco più aridi. L'equilibrio cutaneo è compromesso in inverno anche dall'alto tasso di umidità. Quando l'epidermide è umida, infatti, si raffredda velocemente e questo provoca un'alterazione dei lipidi cellulari superficiali che perdono coesione e si spaccano, favorendo la comparsa di rossori e screpolature.

### ... Dentro l'aria secca

♥ Se fuori l'epidermide soffre per il gelo, nei locali riscaldati non sta meglio, visto che l'aria secca impoverisce drasticamente le sue preziose riserve idriche. Dannosi sono anche i bruschi sbalzi di temperatura tra l'interno e l'esterno: accentuano gli arrossamenti nelle pelli che ne vanno soggette e mettono a dura prova il sistema di difesa della cute che finisce per rispondere a queste continue sollecitazioni indebolendosi.

### Lo smog peggiora i problemi

♥ Nelle grandi città l'inverno segna un picco nei livelli di smog. Questo provoca un'aggressione continua della barriera cutanea che, indebolita, non è più in grado di offrire adeguata protezione alla pelle. La sensibilità cutanea aumenta e con maggior frequenza si presentano irritazioni, rossori e reazioni ancora più significative come le dermatiti. Questo succede in modo particolare durante la delicata fase dell'attesa quando i cambiamenti ormonali rendono la cute ancora più fragile.

## SERVONO SCUDI PROTETTIVI

La stessa crema non va bene per tutto l'anno. In inverno, infatti, la pelle ha bisogno di idratazione e nutrimento extra per affrontare le aggressioni della stagione. Super-protettive e ultra-nutrienti, le creme barriera anti-gelo coniugano la ricchezza della formula con una sofferenza nella consistenza che evita l'untuosità sul viso. Si mettono al mattino per isolare la cute dall'esterno e alla sera, con più generosità, per aiutarla a riparare i danni subiti e recuperare comfort, morbidezza e vitalità.

# pelle SOTTO ZERO

*Scendono le temperature e aumentano i problemi per la pelle. Creme ricche, ma anche maschere e balsami soffici, la proteggono e la nutrono affinché possa affrontare il gelo invernale*

## SÌ ALLA MASCHERA

Più decise sono le aggressioni alla pelle, maggiori sono le cure necessarie. In inverno si può, quindi, affiancare alla crema, al mattino e alla sera, l'uso periodico di una maschera. Nutriente e lenitiva, è un trattamento ad azione intensiva e immediata, capace di riportare a livelli ottimali il tasso di acqua e lipidi nella cute, calmare i rossori, prevenire e riparare le piccole desquamazioni. Si usa con regolarità, una volta alla settimana o quando serve, dopo una giornata di vento oppure di sole forte per ridare equilibrio e benessere alla cute.

## nutrizione e idratazione

♥ La ricca formula delle creme invernali contiene sostanze che migliorano l'idratazione e la funzionalità della barriera cutanea. Sono oli e burri vegetali, ricchi di acidi grassi essenziali, glicerina, betaina, acido ialuronico e allantoina, che ripristinano le riserve nutritive della cute e le restituiscono compattezza. A questi si aggiungono principi attivi emollienti e addolcenti come le vitamine del gruppo B, il miele, l'acqua termale, gli estratti di fiori delicati come la malva, la calendula, l'aloè e altre sostanze che idratano, aiutano a calmare irritazioni e rossori e danno comfort. Completano la formula antiossidanti come la vitamina E che frenano l'aggressione pericolosa dei radicali liberi, prevenendo la comparsa delle rughe. Preziosa anche l'azione schermante dei filtri solari, che arginano gli effetti dannosi del sole.

PER EVITARE  
GLI SBALZI DI  
TEMPERATURA COPRI IL  
VISO CON UNA SCIARPA



## ATTESA BELLEZZA

### *più cure per i punti fragili*

♥ **Sempre esposte al gelo, le mani e le labbra chiedono un aiuto extra in inverno. Per la bocca servono stick e balsami dalla spiccata azione protettiva e nutriente, che vanno applicati spesso, anche sotto il rossetto, quando si sta fuori e alla sera, in strato abbondante, come**

**fossero un impacco rigenerante. Per le mani vale sempre il consiglio di mettere e rimettere più volte al giorno la crema per evitare che la pelle, perdendo idratazione e nutrimento, si arrossi, si screpoli e arrivi persino a spaccarsi in dolorosi taglietti. Si ai guanti di lana che, lasciando traspirare la cute, sono un prezioso aiuto anti-gelo per le mani.**

### CURE EXTRA PER IL VISO

Il pallore e il grigio dell'inverno si combattono con una pulizia accurata, al mattino e alla sera, alla quale aggiungere una volta alla settimana una "sauna" facciale detossinante: in una pentola di acqua bollente si versano quattro gocce di olio essenziale di pompelmo e si espone il viso per dieci minuti. Di giorno il colorito si risveglia con una CC cream, formula trattante che protegge e nutre, lasciando un velo di colore in trasparenza che perfeziona. Anche il fondotinta aiuta a creare sul viso una barriera protettiva contro freddo e smog. Meglio sceglierlo in una versione fluida, ricca di principi attivi emollienti e idratanti.

## filtri solari anche in inverno

♥ Si è deciso di andare in montagna per qualche giorno? Attenzione a non dimenticare la crema solare. In alta quota, infatti, la pelle ha bisogno di protezione extra per evitare pericolose scottature piuttosto frequenti, dal momento che la neve e il ghiaccio funzionano come uno specchio, intensificando la potenza dei raggi. In montagna, poi, il solare non serve solo come scudo contro le radiazioni Uv. È anche un aiuto prezioso per creare

una barriera isolante contro vento e freddo, nonché un efficace strumento di prevenzione di rughe e macchie scure. Le creme solari con indici protettivi alti, da 30 a 50+, sono lo schermo più efficace e sicuro; nascondono, inoltre, nella loro ricca consistenza oli, burri vegetali e altre sostanze emollienti e nutrienti che impediscono la disidratazione. Vanno messe sempre, anche se ci sono le nuvole, e vanno applicate ogni due ore.

di Alberta Mascherpa  
consulenza del professor  
Antonino Di Pietro, dermatologo e  
direttore dell'Istituto Dermoclinico  
Vita Cutis di Milano

## NON DIMENTICARE I CAPELLI

Anche i capelli soffrono in inverno. È vero che durante l'attesa sono naturalmente più belli, ma è bene lavarli comunque spesso con uno shampoo dolce per togliere i residui di smog che soffocano il cuoio capelluto e tolgono ossigenazione al bulbo e forza alla fibra. Balsami e maschere restitutive con oli vegetali preziosi, come quello di argan, di karité e di jojoba, aiutano a ripristinare l'equilibrio idro-lipidico che mantiene la chioma morbida e lucente.

## IL CONSIGLIO IN PIÙ

Una sciarpa morbida e ampia, sollevata sul viso quando si passa da un luogo chiuso all'esterno, aiuta ad attutire l'impatto brusco con il freddo. Un gesto prezioso per chi soffre di rossori.