



Preparare *la pelle* al SOLE

Il connubio indispensabile per le prossime settimane? Idratare ed esfoliare viso e corpo. Solo così la cliente potrà ottenere un'abbronzatura dorata, long lasting ed evitare le antiestetiche macchie di leopardo sulla pelle, dovute a una grana cutanea poco uniforme

di Simona Lovati

Le clienti stanno facendo il conto alla rovescia prima delle tanto sospirate vacanze? Bene, è il momento di proporre il vostro programma di beauty routine, per ricordare loro i trattamenti da eseguire in istituto prima della partenza. Obiettivo: arrivare in spiaggia (o tra i monti) più belle e in forma che mai. Senza dimenticare di consigliare gli skincare da applicare a casa (e da portare in valigia) per potenziare e prolungare gli effetti dei vostri rituali. **Con la dottoressa Mariuccia Bucci, dermatologo plastico a Sesto San Giovanni, in provincia di Milano,** apriamo il nostro "calendario dell'avvento" in versione estiva.

PER IL VISO

"L'imperativo innanzitutto è che la texture del cosmetico per l'uso in cabina o a domicilio sia più leggera", consiglia la specialista, "meglio preferire fluidi e sieri, perché con il cambio di stagione le creme corpose e ricche possono risultare più untuose e occlusive, per via della loro consistenza, non compatibile con la stagionalità. La pelle non deve essere appesantita, per evitare di

accelerare e incrementare la produzione di sebo delle ghiandole sebacee che la rendono lucida." Gli ingredienti top per i prodotti giorno sono, come sempre, l'acido ialuronico, gli antiossidanti per esempio la vitamina C, i proteoglicani, sostanze che fanno parte della matrice cellulare. Il must è scegliere uno skincare con protezione solare incorporata (almeno con SPF 20). Per la sera, raccomandate alla cliente di applicare sieri rigeneranti, oppure oleo-sieri a base di melatonina, bava di lumaca e peptidi.

IN ISTITUTO

La tintarella è più omogenea e duratura se la pelle è idratata e rigenerata, per questo motivo una volta al mese o con cadenza quindicinale (ricordiamo che la nostra epidermide si rigenera ogni 28 giorni) il rituale best seller è l'esfoliazione. "Raccomandate alla cliente di eseguire uno scrub o un gommage con gli acidi della frutta", **continua Bucci**, "che migliora la qualità della grana cutanea. L'attivo da privilegiare è l'acido lattico che non è fotosensibile e non è irritante. Altri ingredienti come acido glicolico (estratto dalla canna da



zuccheri), acido salicilico (derivato dalla corteccia del salice) e mandelico (estratto dalle mandorle) si devono utilizzare almeno un mese prima dell'esposizione, per evitare fenomeni di sensibilizzazione e avere reazioni avverse”.

SU LA MASCHERA

Per rassodare l'ovale del volto, affinare i pori dilatati o per ripristinare il giusto livello del film idrolipidico, proponete alla cliente un ciclo di maschere, vero e proprio trattamento urto, magari in hydrogel, che grazie al tempo di posa dona eccellenti risultati.

PER IL CORPO

Anche per il corpo il tandem è idratare ed esfoliare. “I cosmetici che apportano il giusto livello

di acqua nei tessuti”, dice il dermatologo, “devono contenere anti-ossidanti (il sole genera una maggiore quantità di radicali liberi) quali derivati della vitamina E, astanxantina, licopene (estratto dal pomodoro), in grado di migliorare la sensibilità al sole della cute”.

IN ISTITUTO

Si agli scrub arricchiti con fito-estratti emollienti, eseguiti una volta alla settimana, con speciali microgranuli con angoli arrotondati, studiati per eliminare le cellule morte superficiali senza aggredire la cute. Meglio fermarsi con i peeling, in genere un po' più aggressivi, almeno tre settimane prima della partenza. “L'asso nella manica”, conclude l'intervistata, “è associare sedute di esfoliazione a impacchi

NEL PIATTO E NON SOLO

L'alimentazione può dare una mano in vista dell'esposizione al sole. Specie se l'obiettivo è idratare e fare il pieno di antiossidanti, grazie al consumo di frutta e verdura fresca e di stagione. Meglio se colorata. Via libera a carote, peperoni, pomodori, ortaggi a foglia verde, melanzane, albicocche, frutti rossi, mirtilli, uva. È essenziale poi bere molta acqua e deliziarsi con delle tisane o infusi ad azione drenante e depurativa. Semaforo verde per gli integratori.

o trattamenti a base di fanghi o alghe, che aiutano a contrastare la ritenzione idrica e la conseguente comparsa di inestetismi da cellulite e pelle a buccia d'arancia con effetto anti-gonfiore e riducente sulle zone critiche. Si anche a massaggi linfodrenanti con oli essenziali, che permettono di avere, se programmati per tempo, gambe più toniche e snelle”. ●

LO SPECIALISTA

Laureata in Medicina e Chirurgia all'Università degli Studi di Pavia si è specializzata in Dermatologia e Venereologia. Nel 1999 è membro fondatore dell'ISPLAD (International Italian Society of Plastic-Aesthetic Regenerative and Oncologic Dermatology) di cui è stata vice presidente e attualmente segretario scientifico. È professore a contratto del Corso di Perfezionamento in Nutrizione e Benessere presso la Facoltà di Farmacia dell'Università di Milano. È fondatrice del Dipartimento di NutriDermatologia, nuova branca della Dermatologia Plastica, ed è responsabile del Dipartimento di Cosmetologia e Cosmetogenomica ISPLAD. Nel 2010 entra a far parte del Board Scientifico di NutriLipidomica con Lipinutragen Spin Off CNR Bologna. È membro delle principali società del settore ed è invitata in veste di relatore a corsi, congressi nazionali e internazionali. È autrice e coautrice di 125 pubblicazioni su riviste scientifiche italiane e straniere.

