

**NUOVO  
SETTIMANALE**

13 OTTOBRE  
2014 - N°28-1,50 €

LA TUA ABITUDINE AL BENESSERE

# Starbene.it

## BRUXISMO

IL METODO DOLCE  
PER SALVARE I DENTI

PROVATO  
PER VOI

SCEGLI IL MEGLIO

IL NOSTRO TEST SU  
LATTE DI MANDORLE,  
ALLA SOIA & CO.

## MACCHIE SUL VISO

LE CURE RISOLUTIVE,  
VELOCI E INDOLORI  
DAL DERMATOLOGO

## STRATEGIE ECO

Chi ripara presto e bene  
lavatrici, pc e cellulari

## INTEGRATORI

QUELLI PROMOSSI  
DALLA SCIENZA CONTRO  
VIRUS E BATTERI

mi ricarico  
e dimagrisco

CON IL BAGNO OFURO, I MENU  
NORMOPROTEICI E I NUOVI ATTREZZI FIT

**+ MOXA:** combatti lombalgia e mal di pancia con i trattamenti fai da te

MONDADORI



SETTIMANALE - OTTOBRE - ANNO XXXVII - N. 28 - POSTE ITALIANE SPED. IN A.P. - D.L. 353/2003 (CONV. IN L. 27/02/2004 N. 46) ART. 1, COMMA 1, NE/VR - VERONA - AUSTRIA € 4,30 - GERMANIA € 5,10 - BELGIO € 4,20 - SPAGNA € 4,30 - FRANCIA € 4,30 - LUSSEMBURGO € 4,30 - PORTOGALLO (CONT.) € 4,00 - SVIZZERA (CANTON TICINO) CHF 4,80 - SVIZZERA (ALTRI CANTONI) CHF 5,10 - U.K. GBP 3,40 - USD 8,50 - CANADA 8,50





**SCRUB**  
**I MIGLIORI LEVIGANO  
IL VISO CON DOLCEZZA**

Trunk



**PROVATO  
PER VOI**

## Fidati del loro giudizio

Una dermatologa, un cosmetologo, una super estetista hanno provato e analizzato per te tre prodotti esfolianti.

## I NOSTRI ESPERTI



**Mariuccia Bucci**

DERMATOLOGA  
a Sesto San Giovanni (MI),  
Vicepresidente ISPLAD

**02-70300159**  
**15 OTTOBRE 9.30-10.30**



**Umberto Borellini**

COSMETOLOGO  
SICC (Società italiana  
di Chimica e Scienze  
Cosmetologiche)



**Annamaria Previati**

ESTETISTA UNEP  
di Biostudio Natura  
(Milano), esperta di  
trattamenti naturali

Sceglili delicati e utilizzali non più di due volte alla settimana per evitare l'effetto rebound, ossia la sovrapproduzione di sebo. E la pelle risplenderà



1

**7 DAY SCRUB CREAM RINSE-OFF  
FORMULA DI CLINIQUE**  
PULIZIA PROFONDA IN 30 SECONDI

**PARTICOLARITÀ:** provato contro le allergie, privo di profumo.  
**I PRIMI 5 INGREDIENTI:** acqua, tridecyl stearate (emolliente), tridecyl trimellitate (emolliente), dipentaerythrityl hexacapylate/hexacaprato (emulsionante), butylene glycol (umettante).  
**COSTO:** 100 ml, 31 €, in profumeria.

### LA PAGELLA

**MARIUCCIA BUCCI, DERMATOLOGA**

**OK** Ha una bella consistenza cremosa, piacevole, con sostanze lenitive di buona qualità.

**NO** Nonostante la delicatezza del prodotto, non credo che vada usato tutti i giorni, come viene invece consigliato.

**UMBERTO BORELLINI, COSMETOLOGO**

**OK** Ha una discreta varietà di agenti lenitivi e idratanti, su tutti il sorbitolo e il bisabololo. Non contiene profumo.

**NO** Il polietilene (sostanza plastica) di cui sono fatte le microsferule non penetra nella pelle, ma può essere dannoso per l'ambiente.

**ANNAMARIA PREVIATI, ESTETISTA**

**OK** Ha una bella texture e una buona capacità di esfoliare senza disidratare, grazie alla presenza di agenti lenitivi.

**NO** Peccato per la presenza di sostanze che potrebbero dare delle reazioni allergiche, come il phenoxyethanol.

### IL GIUDIZIO FINALE

**Agli esperti piace la ricchezza di ingredienti lenitivi e nutrienti, che veicolano gli agenti esfolianti meccanici. Bene l'assenza di profumo, qualche dubbio sull'opportunità di usare lo scrub come parte della routine-beauty quotidiana.**

**P**iaccono sempre più, come dimostra il loro continuo incremento di vendita nella grande distribuzione (+1%, dati Unipro): gli scrub per il viso hanno successo specie tra le più giovani con cute grassa, perché donano immediatamente la sensazione di pelle "pulita", liberata dalle impurità. Ma sono consigliati anche a chi ha superato l'età dei brufoli: eliminando con una semplice azione meccanica le cellule morte, aiutano il turnover cellulare e quindi portano alla luce una pelle più luminosa e levigata, favorendo anche la penetrazione

dei principi attivi degli antiage. Sì, gli esfolianti per il viso sono efficaci e utili, ma nascondono anche qualche insidia, come spiega la dermatologa Mariuccia Bucci, uno dei nostri esperti: «Eliminando con agenti meccanici le cellule morte (vedi anche box nella pagina accanto), si può rischiare uno squilibrio nelle ghiandole sebacee. In pratica, se esageri con gli scrub (troppo frequenti o troppo energici), le ghiandole sono stimolate a produrre più sebo per ripristinare la barriera idrolipidica che difende la pelle dalle aggressioni esterne. Si chiama effetto *rebound*, e nei casi

più gravi può portare a un peggioramento della pelle grassa o addirittura a casi di acne tardiva in chi ha la pelle normale e secca». La soluzione è scegliere prodotti esfolianti delicati e chiedere al dermatologo con quale frequenza usarli (in genere una-due volte alla settimana). Lo scrub va sempre seguito da una crema lenitiva e idratante, che aiuti il ripristino della barriera idrolipidica. Un ultimo consiglio: se per il corpo si possono preparare esfolianti fai da te con ingredienti "casalinghi", per il viso, che è più delicato, è sempre meglio evitarli.



2

## LICHTENA® EQUILYDRA® SCRUB VISO DELICATO AZIONE LEVIGANTE E PURIFICANTE

**PARTICOLARITÀ:** adatto anche alla pelle sensibile.  
**I PRIMI 5 INGREDIENTI:** acqua, butylene glycol (umettante), polyethylene (legante), decyl glucoside (tensioattivo), glycerin (umettante). **COSTO:** 50 ml, 15,50 €, in farmacia.

### LA PAGELLA

**MARIUCCIA BUCCI, DERMATOLOGA**

**OK** Mi piace il complesso idratante brevettato biotecnologico (in questo caso derivato dalla fermentazione di fermenti lattici su mosto d'uva). Ok l'indicazione d'uso (una o due volte alla settimana).

**NO** Visto che il prodotto resta sulla pelle per pochi istanti, mi sembra poco probabile che abbia il tempo per agire così in profondità da stimolare la rigenerazione della pelle.

**UMBERTO BORELLINI, COSMETOLOGO**

**OK** Bene la presenza di sostanze derivanti dalla fermentazione, dell'arginina, che rafforza il film idrolipidico, e della vitamina E.

**NO** Oltre al polietilene, la presenza di profumo, non indispensabile in un prodotto che si risciacqua subito.

**ANNAMARIA PREVIATI, ESTETISTA**

**OK** La microcoltura di fermenti lattici su mosto d'uva aiuta il ripristino del film idrolipidico dopo lo scrub, con una buona azione antiossidante.

**NO** Scalda un po' la pelle, quindi lo userei con cautela in caso di couperose. Il profumo è troppo forte.

### IL GIUDIZIO FINALE

**Buona formula, soprattutto grazie ai due brevetti dell'azienda che arricchiscono tutti i prodotti della linea e aiutano a ristabilire il film idrolipidico. Il profumo è un po' invasivo.**



**PER UN EFFETTO DRENANTE, L'ESTETISTA  
CONSIGLIA DI MASSAGGIARE LO SCRUB  
DAL CENTRO VERSO L'ESTERNO DEL VISO**

3

## PURE ACTIVE GEL 3 IN 1 DI GARNIER SKIN NATURALS DETERGENTE, SCRUB, MASCHERA

**PARTICOLARITÀ:** triplo potere minerale e acido salicilico.  
**I PRIMI 5 INGREDIENTI:** acqua, kaolin (assorbente), glycerin (umettante), butylene glycol (umettante), zea mays starch (agente abrasivo vegetale), CI 77891 (biossido di titanio, colorante). **COSTO:** 150 ml, 7,95 €, nei super.

### LA PAGELLA

**MARIUCCIA BUCCI, DERMATOLOGA**

**OK** Contiene agenti capaci di regolare la produzione di sebo (come lo zinco gluconato) e altre sostanze assorbenti.

**NO** Non mi piace che venga consigliato l'uso quotidiano di un prodotto esfoliante.

**UMBERTO BORELLINI, COSMETOLOGO**

**OK** È ricco di minerali purificanti e inerti, come il caolino e gli estratti di smithsonite, e di polveri vegetali, come l'amido di mais.

**NO** Oltre al polietilene, il profumo.

**ANNAMARIA PREVIATI, ESTETISTA**

**OK** Bene le alghe che agiscono sulla produzione di sebo e l'utilizzo di polveri inerti che non danno allergie.

**NO** Anche se è destinato alle pelli grasse, secca un po' troppo e contiene degli ingredienti potenzialmente allergenici.

### IL GIUDIZIO FINALE

**È destinato alle pelli grasse e con imperfezioni come detergente, scrub e maschera per ogni giorno. Efficace, ma gli esperti consigliano di non esagerare con l'utilizzo di prodotti esfolianti.**

### Così scopri se è delicato

Vuoi essere certa di acquistare un prodotto non aggressivo? Segui i consigli del cosmetologo.

• **Fai un mini test granulometrico:** chiedi di provare una piccola dose tra le dita, per verificare che la grana delle microsferule sia quasi impalpabile.

• **Leggi l'etichetta:** se il cosmetico contiene microgranuli di noccioli di frutta, verifica che non siano nelle prime posizioni dell'Inci (per esfoliare ne basta una piccola percentuale, troppi fanno male). Preferisci quelli con sferule zuccherine che si sciolgono con il calore della pelle (sucose, fructose). Controlla che ci sia una buona percentuale di emollienti (tridecyl stearate e trimellitate), e umettanti (butylene glycol).

PBerdom/laag/vanKastel

Altre recensioni di cosmetici su: <http://tinyurl.com/kjjkdzt>