

ITALIA

NOVEMBRE 2020

marie claire

CASA BIANCA

LA PRESIDENZA
È INARRIVABILE
PER UNA DONNA?

25/11/20

CONTRO
LA VIOLENZA
DOMESTICA

BRAVE ATTRICI

VANESSA KIRBY
LUCY BOYNTON

PROSPETTIVE

L'OTTIMISMO
SI IMPARA

**MADE
IN ITALY**
Che orgoglio
il nostro
artigianato

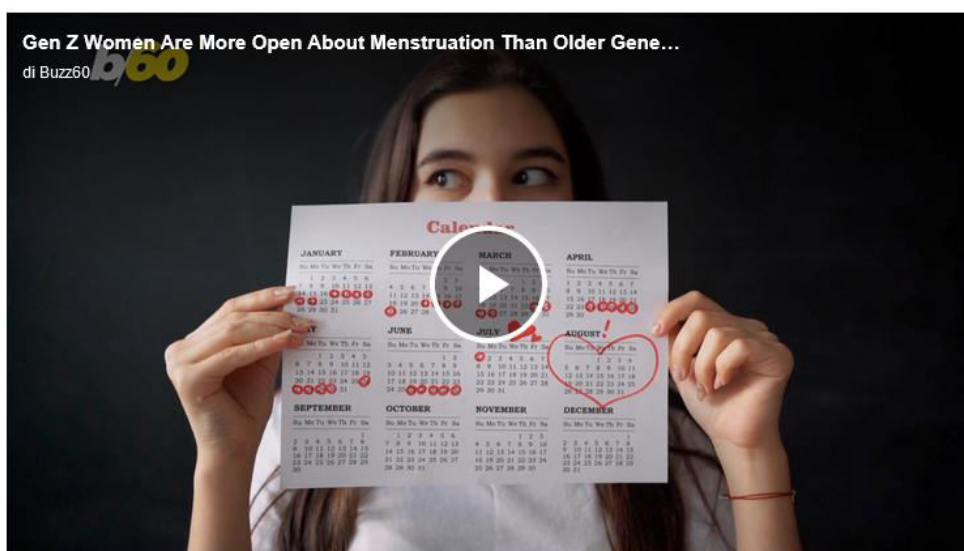
La moda
è essenziale



Geni, hanno lanciato la period face mask ovvero la maschera viso da usare durante il ciclo

Dal brand icona Plentiness alle migliori creme & olii viso da usare prima, durante e dopo le mestruazioni per una pelle sempre fresca e levigata.

 Di [Vanessa Perilli](#) 17/11/2020



La **skincare routine** deve cambiare a seconda delle fasi del **ciclo mestruale**? E in particolare come dovrebbe essere trattata, detersa e idratata l'epidermide prima, durante e dopo le mestruazioni? "La pelle, in particolare quella del viso, cambia a seconda dei cambiamenti ormonali della donna e ciò è dovuto principalmente alla fluttuazione di due ormoni sessuali femminili, gli estrogeni e il progesterone", [spiega la dermatologa Mariuccia Bucci](#). "Durante la fase mestruale si verifica un calo di progesterone e di testosterone che riduce l'oleosità e frena l'insorgenza di imperfezioni. Gli estrogeni, tuttavia, non sono ancora alti, quindi la cute ha le difese abbassate, è particolarmente sensibile, disidratata e facilmente irritabile. In questi quattro-cinque giorni, dunque, si possono usare **maschere viso calmanti** e creme idratanti a base di aloe, camomilla, centella asiatica, calendula, olio d'argan e ceramidi ristrutturanti della barriera. Si tratta, comunque, di un periodo relativamente breve, al termine del quale i livelli di estrogeni si rialzano, ripristinando anche il benessere della cute e dando vita a un nuovo ciclo", [conclude l'esperta](#).