



LIFESTYLE  
CALDO  
COME  
UNO  
CHALET

# ELLE

Che  
cosa  
c'è  
di  
nuovo

Moda  
Beauty  
Décor  
Spettacolo  
Cultura  
Celebs



ALIMA


ITALIA  
FEBBRAIO 2011  
€3,00

**Io & l'età**  
*Sharon Stone  
e le altre*

**Dalla  
scienza**  
*Perché gli  
uomini sono  
contrari alle  
emozioni*

**Detox!**  
*5 giorni per  
purificare  
dare energia  
illuminare*

**In prima  
persona**  
*"L'amante  
che mi ha  
cambiato  
la vita"*



Viso tonico  
e luminoso  
con Multirepair  
Crema Riempitiva  
Idro-Riparatrice  
Antirughe  
Spf 6 di Rilastil:  
trattamento  
antiage e ottima  
base per il make-  
up (in farmacia).

# Quale CREMA?

*La pelle ha esigenze specifiche e bisogni che aumentano con l'età. Ma i cosmetici di ultima generazione possono fare molto per integrare le carenze e mantenerla giovane a lungo. Ecco come e quali scegliere a colpo sicuro*

di GRAZIA PALLAGROSI ed ELISABETTA SETTEMBRINI

dai 20 ai 35 anni

Parola d'ordine: prevenire

Prime rughe: si possono ritardare?

«Certo», risponde la dermatologa Maria Letizia D'Errigo, direttore sanitario delle Terme di Versilia e responsabile ISPLAD ([www.isplad.org](http://www.isplad.org)) per la sezione Terme e Beauty Farm. «Per evitare che i primi segni d'espressione compaiano a trent'anni, già a venti si consiglia di utilizzare quotidianamente una crema che idrati, illumini e, contemporaneamente, agisca stimolando l'azione dei mitocondri, le centrali d'energia delle cellule».

Quali sono i principi attivi che sod-

disfano queste esigenze?

«Complessi vegetali creati unendo polisaccaridi e glicerina di origine naturale, acido ialuronico combinato con magnesio e vitamine, ma anche enzimi come il Q10, di cui riduciamo la produzione già a partire dai 25 anni. Utili da usare prima dei trenta anche le creme a base di beta-glucani, sostanze in grado di stimolare le fibre di collagene e prevenire le prime rughe», conclude D'Errigo.

Come ottenere il meglio da un cosmetico?

«Associandolo sempre all'azione

meccanica del massaggio», raccomanda la dermatologa Mariuccia Bucci, responsabile del dipartimento cosmetologia dell'ISPLAD. «Se, fin dall'inizio, ci si abitua a eseguire specifiche manualità anti-gravitazionali, gli effetti del cosmetico verranno ottimizzati sempre più nel tempo. I gesti chiave sono: stendere il contorno occhi sempre dall'angolo interno verso l'esterno, massaggiare la crema viso con movimenti ascendenti, dal centro del volto verso le tempie e dal mento, seguendo l'ovale del viso fino alle orecchie. Mattino e sera».

PRIMI AMICI DELLA PELLE

1. RISERVA D'ACQUA

Un autentico surplus d'idratazione che dura 48 ore ed è in grado di ridurre i segni e le rughe della pelle arida. Il suo segreto? Un ingrediente che arriva anche negli strati più profondi della cute: Aquasource Pelli Secche di **Biotherm** (40 euro).

2. DOLCE DOLCE

È un siero antiage per pelli sensibili: efficace perché sfrutta l'azione di uno zucchero antirughe, unito ad acido ialuronico e acqua termale. Ne bastano poche gocce, mattina e sera, prima della crema: Liftactiv Serum 10 Siero Potenziato Rivelatore di Giovinezza di **Yichy** (39,32 euro, in farmacia).

3. IN DIFESA DEGLI OCCHI  
Iidratante, con filtro solare elevato, racchiude un cocktail antiossidante e lenitivo: Superdefense Spf 20 Age Defense Eye Cream

di **Clinique** (42 euro).

4. SFERZATA DI ENERGIA

Con tecnologia Sparkling Water Complex, rafforza gli scambi idrici e li ottimizza, accentuando la luminosità del viso: Hydra Sparkling Fluid Spf 30 di **Givenchy** (52 euro).

5. BACCHETTA MAGICA

Si ispira alla Blemish Balm, formula asiatica usata dalle star. Illumina, idrata, protegge, attenua le imperfezioni, uniformando il colorito: BB Crema Perfezionatore di Pelle Crema Idratante All-in-One di **Garnier** (8,99 euro).

6. BELLO SGUARDO

Leviga il contorno occhi grazie al beccuccio in metallo smussato che, oltre a rilasciare la giusta dose di prodotto, stimola la microcircolazione, riducendo borse e occhiaie: Regenesence Siero Stimolatore di Giovinezza per lo Sguardo di **Giorgio Armani** (50 euro).

7. TIPE SENSIBILI

Un idratante light che protegge (con filtri Uv 15), lenisce e mantiene morbida la pelle del viso. Perfetto come base trucco: Optiva Daily Protection Cream di **Boots Laboratories** (19,90 euro, in farmacia).



**dai 35 ai 45 anni**

*Piccoli interventi rigeneranti*

**Come scegliere il prodotto giusto?**  
«Verificando che contenga sostanze capaci di stimolare la rigenerazione cellulare», risponde Mariuccia Bucchi. «In questa fascia d'età, infatti, l'organismo diminuisce costantemente la produzione di elementi che strutturano, proteggono e stimolano il rinnovamento dell'epidermide».

**Quali sono i principi più efficaci in questo senso?**

«Quelli che rigenerano in profondità. Le nuove tecnologie biomimetiche hanno portato alla realiz-

zazione di molecole molto efficaci come l'Esapeptide 10, composto da 6 aminoacidi che mimano quelli naturalmente presenti nel derma per ricostituire la matrice cellulare composta da tre sostanze importanti per la pelle: acido ialuronico, collagene ed elastina».

**Questi attivi svolgono anche un'azione antirughe?**

«Sì, se nella formula della crema sono associati a sostanze leviganti come l'acido glicolico o piruvico, la retinaldeide, le fitosfere di

pro-retinolo o altri composti che, pur avendo un'azione esfoliante e stimolante della rigenerazione epidermica simile a quella dell'acido retinoico, non creano problemi di irritazione», specifica D'Errigo.

«Esistono poi altri ingredienti di nuova generazione che si sono rivelati utili per la pelle delle quarantenni. Tra questi, le glicokine, i lipoaminoacidi, gli estratti biotecnologici derivati da speciali alghe, la vitamina C concentrata e pura, i vettori acceleratori di collagene III e la tormalina rosa».

**PREVENIRE LE MOSSE**

**1. ANTISTANCHEZZA**

Si ipira alle tecniche di biorivitalizzazione e mesoterapia, utilizzate dai medici estetici per ringiovanire il viso. Stimola l'epidermide a riacquistare la vitalità tipica della pelle giovane grazie a un mix di antiossidanti, sostanze nutrienti e rivitalizzanti: Crema Biorivitalizzante Viso di **Collistar** (47 euro).

**2. COME UN LIFTING**

Sfrutta la tecnologia Multi-Tension agendo sui meccanismi di autoregolazione della pelle per restituirle elasticità e tono. Risultato? Il viso è più giovane e l'epidermide più liscia, tonica: Rénergie Nuit Multi-Lift di **Lancôme** (116,50 euro).

**3. UN CERTO SGUARDO**

Contiene sostanze capaci

di correggere segni, rughe, stress e stanchezza dal contorno occhi. Contrasta i gonfiori, dona compattezza ed elasticità alla cute con un vero effetto push up delle palpebre: **Benefiance Wrinkle Resist 24 Intensive Eye Contour Cream** di **Shiseido** (61 euro).

**4. TUTTO IN UNA CREMA**

Formula multitasking con filtri incapsulati anti Uva e Uvb che protegge la pelle per 8 ore, e combatte i radicali liberi con sostanze naturali come buccia di mela, antiossidante, e salice bianco antistress: **All Day**

**All Year Soin Essentiel de Jour Anti-Âge** di **Sisley** (259 euro).

**5. TURNO DI NOTTE**

Rinnova la pelle durante il sonno, quando è nel pieno della sua attività, favorendo la protezione delle cellule staminali dello strato corneo. Ma non solo. Previene le macchie, idrata e rende la cute più compatta mentre attenua rughe e rughetto. Al risveglio il volto è più sodo e fresco: **Crème Multi-Régénérante Nuit** di **Clarins** (80 euro).

**6. SENZA MACCHIA**

Sfrutta una tecnologia basata su studi di genetica per attenuare discromie cutanee che "oscurano" la luminosità

del viso, regolandone la pigmentazione. Già dopo una settimana corregge i difetti, in un mese riduce visibilmente le discromie: **Chiave Giovinezza Luce Pura** Trattamento Giorno Illuminante & Uniformante di **L'Oréal Paris** (19,90 euro).

**7. FARE IL PIENO (D'ACQUA)**

Un siero che contrasta e protegge il volto dalle aggressioni esterne. Merito dalla camelia, potente idratante, che agisce sui meccanismi naturali d'idratazione dell'epidermide, stimolandola a trattenere la giusta quantità di acqua durante il giorno: **Hydra Beauty Sérum** di **Chanel** (71,60 euro).



*Compensare le carenze*

**Come cambiano le esigenze della pelle?**

«Con la riduzione della produzione di estrogeni, l'invecchiamento della cute subisce una forte accelerazione che raggiunge il culmine circa quattro anni dopo la menopausa», spiega Mariuccia Bucci. «Ce ne accorgiamo sia per la perdita di idratazione che per le variazioni a livello strutturale: la pelle è più secca e perde densità e tono.

Per questo, un semplice trattamento antiaging non basta più: occorre utilizzare un prodotto con proprietà ridensificanti, capace di rimpolpare l'epidermide».

**Su quali attivi dobbiamo puntare?**

«Su quelli ad azione estrogenosimile, ad effetto lifting (o simil-botulino in caso di rughe d'espressione) e ad azione schiarente», risponde Maria Letizia D'Errigo. «Sono consigliate quindi le creme a base di burro di Karité, ceramidi, acido ialuronico puro ad alta concentrazione ma molto frazionato (per favorirne la penetrazione in profondità), vitamina E (forte azione nutriente), vitamina C in alte concentrazioni (azione schiarente), genisteina (fitoestrogeno della soia che stimola la produzione di collagene ed elastina) o estratti di sesamo e biopolimeri

ad azione tensiva, derivati per esempio dalle proteine delle mandorle dolci».

**Con la menopausa la pelle perde anche vitalità: un buon cosmetico può aiutare?**

«Per rivitalizzare la cute e aumentarne la capacità di mantenimento dell'idratazione, oltre alle creme rigeneranti, è utile completare la dieta con integratori a base di fitormoni derivati dalla soia e dal trifoglio rosso, e sostanze altamente antiossidanti come il glutatione e l'acido lipico. Da assumere almeno in cicli di tre mesi, due volte l'anno».

**NASCONDERE IL PASSATO**

**1. FORMULA GENIALE**

Frutto di una ricerca genetica, un soin antiage a 360 gradi in grado di raggiungere gli strati più profondi dell'epidermide. Rivitalizza dall'interno e stimola l'attività del gene della longevità: Revitalizing Supreme Crema Anti-Age ad Azione Globale di **Estée Lauder** (57 euro).

**2. SCORTE IDRICHE**

Punta sulla comunicazione intracellulare per preservare l'idratazione naturale. Con seta Koishimaru, favorisce la produzione di acido ialuronico: Prime Solution di **Sensai Kanebo** (150 euro).

**3. NOTTETEMPO**

Dà sostegno ai tessuti con una formula "fresca" che rilascia le due sostanze da miscelare al momento dell'uso.

È consigliabile applicarla da sola perché contiene retinolo, efficace se usato direttamente sulla cute: Cellular Power Charge Night di **La Prairie** (380 euro).

**4. TONI ALTI**

Una texture leggera per

combattere rughe marcate e perdita di tono. Con estratto di papiro e pepe nero, distende i segni, rassoda e dona luminosità: Premium Fluide Précieux Jour & Nuit Anti-Age Absolu di **Lierac** (98,82 euro, in farmacia).

**5. UN AMICO PREZIOSO**

Ametista ed estratto di semi d'ibisco contrastano ogni tipo di ruga e infondono radiosità: Secret de Gemme Serum di **Bulgari** (115 euro).

**6. OCCHI DI RAGAZZA**

Detox, contrasta segni, borse e occhiaie, ridando energia al contorno occhi: Capture Totale Eyes Essential di **Dior** (63 euro).

**7. PER ZONE MIRATE**

Rimodella il décolleté con un effetto tensore, mentre schiarisce le discromie. Si applica con le mani aperte dalla base del collo alla nuca, eseguendo una lieve pressione: Orchidée Imperiale Collo e Décolleté di **Guerlain** (299,70 euro.)



**elle.it**

**NUOVI ANTIRUGHE**  
nella photogallery  
su [www.elle.it/Bellezza-Beauty](http://www.elle.it/Bellezza-Beauty)