

# F

solo  
1€

N.4 settimanale 30 gennaio 2019 1 euro

**DONNE CORAGGIOSE**  
UNO STALKER MI HA  
GETTATA ALL'INFERNO.  
MA SONO RINATA

**Moda**  
GIOCA CON LE MAGLIE  
MULTISTRATO

**Beauty**  
CREME EFFETTO  
BARRIERA

**VIAGGI**  
SPLENDIDA ROMA  
TRA MOSTRE, MUSEI  
SEGRETI, CAPOLAVORI



CAIRO EDITORE

# Margot Robbie

CON LE MIE AMICHE  
HO CONDIVISO  
ANCHE IL MARI

DANIELE MARI  
COMPIERE 30 ANNI  
MI METTE AL

VALERIA BRUN  
TEDESCHI  
DA TROPPO TEMPO  
MI MANCA L'AM

DELITTO BEBA  
55 ANNI DOPO  
ASSASSINI S  
ANCORA IMPU

Kim  
Kardashian  
UNA DONNA ESAGERATA

# LAVITA IN ROSA

NELLA MODA E IN CASA, IL COLORE DEL 2019 È IL CORALLO

# CREME EFFETTO barriera

*Quando la temperatura scende in picchiata proteggi il viso come fai di solito con il corpo. Con trattamenti "cappotto", ricchi di ceramidi e burri vegetali per garantire tepore e nutrimento costante. Con sieri super tecnici, tipo giacca a vento, per arginare gelo e vento anche in città, o con resine e alghe per coccolare la pelle come farebbe un piumino*

DI SIMONA FEDELE - TESTI DI CLAUDIA BORTOLATO

**Q**uesta è la stagione più drammatica per la pelle, specie se molto chiara e over 50, perché gli sbalzi di temperatura tra il caldo degli ambienti interni e il freddo di quelli esterni dilatano i piccoli vasi sanguigni, peggiorando couperose e rosacea. Al di là delle specifiche défaillance cutanee per arginare vento pungente, carenza di sole e freddo ci vogliono, comunque, tante attenzioni e trattamenti straordinari. Anche per prevenire le rughe. «Gelo e vento provocano uno shock termico alla pelle, che determina un'impennata dei radicali liberi. Le intemperie causano una vasocostrizione con conseguente riduzione dell'apporto di ossigeno alle cellule, che vanno in sofferenza

producendo meno collagene ed elastina. Così la cute perde elasticità e si segna maggiormente», spiega Mariuccia Bucci, dermatologa plastica a Sesto San Giovanni e responsabile scientifico Isplad.

«Infine il clima invernale intacca il film idrolipidico che, composto da un mix di grasso (sebo e lipidi epidermici) e acqua, agisce da barriera contro il freddo. Ovvero funziona come una sorta di cappotto che difende l'epidermide da avvizzimento, desquamazione e arrossamenti».

Per affrontare le basse temperature senza "rimetterci" la faccia, punta su creme che, come un morbido cachemire, garantiscano tepore costante, oppure come un leggero piumino sopperiscano al cappotto naturale della pelle, che è il film idrolipidico, o ancora come i tessuti tecnici la difendano dal clima rigido. ▶





1. Il sapone, oltre a pirlime, idrata con fibre di acido ialuronico, AQ WW Facial Bar Decorté (47 euro).  
 2. Confortevole come un piumino, nutre e lenisce la pelle più secca con fiori di zafferano bio e oli, Soin Velours Sisley (165 euro).  
 3. Idrata le labbra e le rende morbide ed elastiche con bisabololo, vitamina F

e ceramidi, Lip Soak Helena Rubinstein (60 euro).  
 4. Avvolge il viso come un cappotto grazie al triplo concentrato alla rosa, Crème Huile Hydra Nourissante à La Rose Darphin (50 euro).  
 5. Scudo invisibile contro lo smog, Dramatically Different Hydrating Jelly Clinique (53 euro).

## CAPPOTTO PER LA PELLE SECCA

Quando la temperatura scende oltre lo zero e l'umidità è elevata opta per trattamenti effetto cappotto: caldi, morbidi e consistenti al tatto. «Proprietà che vantano le creme più ricche di materie grasse, per esempio fosfolipidi e ceramidi, che migliorano pure la coesione cellulare, oppure di oli e burri vegetali, ricchi di sostanze antietà che vanno dalla vitamina E, idratante e antiradicalica, agli acidi grassi essenziali», sostiene Umberto Borellini, cosmetologo e docente della Scuola superiore di medicina estetica Agorà di Milano. Un ingrediente cosmetico prezioso sono le proteine del cachemire, che proteggono il capitale idrico della cute, oltre ad assicurarle nutrimento, morbidezza e splendore. Funziona anche la lanolina, cera secreta dalle ghiandole sebacee delle pecore per difendere il vello dalle intemperie, dalle proprietà emollienti ed emulsionanti. Caduta in disuso negli ultimi tempi, a causa delle dermatiti da contatto che può scatenare negli allergici. Un effetto collaterale non presente nell'olio di jojoba, sempre una cera liquida ma vegetale. «Non comedogenico l'olio di jojoba. Seboaffine, si assorbe subito e, in più, è emolliente, idratante e antiage, grazie alla presenza di antiossidanti come i tocoferoli».

**IL CONSIGLIO IN PIÙ** Preferisci detergenti con bassissimo livello di emulsionanti, a base di aloe e avena iper delicati. Prima di massaggiare la crema, applica un fluido con olio di borragine o ribes, ideale per cute sensibile o con couperose, o il già citato jojoba se è secca e in riserva d'acqua.

## PIUMINO SE È TIRATA E STANCA

Nato in America negli Anni '30 come capo d'abbigliamento sportivo, oggi in versione cruelty free conserva il primato di trattenere il calore corporeo con leggerezza. Un principio assimilabile a prodotti nutrienti e idratanti dalle consistenze soft come le mousse che, grazie alla presenza d'aria, sono particolarmente delicate. «E poi ci sono i balsami di nuova generazione, compatti ma leggeri e mai grassi, sono l'ideale per le epidermidi molto secche e, in versione stick, proteggono zone particolarmente sensibili come labbra, naso, contorno occhi, guance, mani. Perfetti da portare dietro per le emergenze, per esempio se inizia a nevicare o dopo il passaggio da un ambiente riscaldato al gelo o al vento», consiglia Mariuccia Bucci. Alla stregua di un piumino agiscono i principi attivi riscaldanti tipo le spezie, sempre più gettonate dall'industria cosmetica per l'elevato contenuto di antiossidanti. «Cannella e peperoncino stimolano la vasodilatazione e, di conseguenza, tonificano e restituiscono vitalità alla pelle stanca, mentre lo zenzero ▶



1



2



3



5

4



1. Viso e corpo idratati e nutriti per 48 ore grazie ad acido ialuronico e ceramidi, Crema Idratante CeraVe (9,90 euro).

2. Con un gesto uniforme, colora e previene i danni degli Uv con Spf 15 e coenzima Q10, 3 in 1 Skin Care Cushion Q10 Plus Nivea (16,90 euro).

3. Una vera e propria

barriera fisica di ossido di zinco contro gelo e luce blu, Mineral Face Shield Repêchage (62 euro).

4. Pochette con balsamo e maschera antifreddo per il viso, Trousses d'Hiver Matis (63 euro).

5. Concentrato da usare da solo o aggiunto alla crema, Acido ialuronico Venus (14,90 euro).

contiene potenti antinfiammatori (gingerina), mucillagini e resine che lo rendono un buon tonico, emolliente e purificante. In più rinforza le difese immunitarie, dunque fornisce un'arma in più all'epidermide per proteggersi dalle aggressioni ambientali», specifica Umberto Borellini.

**IL CONSIGLIO IN PIÙ** La pelle del viso gradisce il calore, naturalmente "dolce", che stimola il microcircolo e lo smaltimento delle scorie, potenziando nutrimento ed elasticità. Riscalda tra le dita le creme e massaggiare con lievi movimenti circolari per due minuti; intiepidisci le maschere prima di stenderle, per migliorare la distribuzione dell'ossigeno ai tessuti e l'assorbimento dei principi attivi.

## GIACCA TECNICA SE È GRASSA

I capi in tessuti tecnici, progettati con materiali tecnologici e soluzioni innovative che li rendono leggeri, sottili, traspirabili e con un'ottima capacità di regolazione termica, proteggono da vento e pioggia e, in generale, dalle condizioni atmosferiche d'alta quota. «Un identikit che ricorda le creme antietà di nuova generazione. A base di peptidi biomimetici in grado di stimolare la produzione di acido ialuronico e collagene da un lato, e di rafforzare le difese cutanee dall'altra, garantiscono una rinnovata compattezza ed elasticità», dice il cosmetologo Borellini. Sortiscono l'effetto tessuto tecnico contro il vento i soini all'aloè e i sieri all'acido ialuronico (minimo 2 per cento), da applicare sotto il trattamento giorno per trattenere la perdita d'acqua. «Lo stesso fa la betaina: estratta dalla barbabietola da zucchero, ha virtù simili all'acido ialuronico. Oltre a idratare è ben tollerata anche dalle pelli più sensibili», ricorda il cosmetologo. Si comporta come un capo tecnico anche il chitosano che, creando una pellicola filmogena sulla pelle, fa da barriera e lifta. Di solito deriva dal guscio dei granchi, ma esiste anche la versione veg derivata dai funghi. Le creme con ingredienti tecnici sono particolarmente adatte per le pelli più giovani e grasse, bisognose di un prodotto light ma, allo stesso tempo, perfettamente idratante e protettivo.

**IL CONSIGLIO IN PIÙ** Sui campi da sci occorre uno skincare "effetto tuta", visto le particolari condizioni ambientali: vento gelido e forte irradiazione solare. «Come al mare, metti la protezione sulle parti esposte, meglio se con filtri fisici e chimici ad ampio spettro, in dosi generose, almeno mezz'ora prima dell'esposizione, ripetuta più volte al dì. Se hai la couperose preferisci prodotti con schermi fisici, più idonei per difendere una pelle così provata», conclude Buccini. La sera pulisci il viso con acqua micellare e metti un doposole in crema dalla texture spessa. ▮