

F

solo
1€

N.9 settimanale 6 marzo 2019 1 euro

**DONNE CORAGGIOSE
MI HANNO STRAPPATO
AI MIEI GENITORI ACCUSATI
DI PEDOFILIA**

Moda

**TUTTE PAZZE
PER IL DENIM**

**BENESSERE
NON SOLO PASTA E
RISO, PROVA IL TEFF**

**VIAGGI
SPECIALE 8 MARZO
DALL'ALTO ADIGE
ALLA SICILIA,
WEEKEND DI RELAX**

Ilaria Spada

**SPOSO KIM
ROSSI STUART
IL MIO GRANDE
AMORE**

**LIAM NEESON
MIA MOGLIE MI
MANCA DA 10 ANNI**

**DONATELLA
RETTORE
DALLE SUORE
AL KOBRA
LA MIA VITA
CONTROCORRENTE**

**WANDA NARA
E LE ALTRE
MANAGER DI
MARITI FAMOSI**

Clint Eastwood

L'EROE SENZA MACCHIA È UN DONNAIOLO

PELLE PERFETTA

SFRUTTA AL MEGLIO IL POTENZIALE DELLE TUE CREME

ISSN 2280 773X

90009 >



9 772280 773004



CAIRO EDITORE

PELLE DA

Sfruttando
al meglio il
potenziale delle
tue creme

SOGNO

DI SIMONA FEDELE
TESTI DI DARIA MANZINI

Idratanti, rassodanti e rimpolpanti. I nuovi trattamenti per il viso promettono grandi risultati e, se usati nel modo giusto, possono rendere al massimo. Ecco perché scoprire i dosaggi ottimali, le sinergie di ingredienti e le combinazioni vincenti, oltre al massaggio mirato, diventa una straordinaria opportunità di giovinezza

Si assorbe molto facilmente, lasciando la pelle morbida e asciutta. È il primo segno che la crema funziona perché la texture, quella particolare consistenza che avverti al primo tocco, non è meno importante degli attivi contenuti nella formula. «Deve essere tarata sulla propria tipologia cutanea, altrimenti non è efficace. Se è troppo leggera il viso tira e tende a squamare, al contrario se è ricca può risultare occlusiva e provocare una forma di acne, detta cosmetica: si formano piccoli comedoni sotto lo strato corneo, che rendono la superficie irregolare», sostiene **Mariuccia Bucci**, dermatologa a Sesto San Giovanni, Milano. Sbagliato anche esagerare con le quantità, i preparati cosmetici agiscono meglio a piccole dosi. La *finger unit*, che corrisponde alla prima falange del dito, è considerata la misura sufficiente per volto e collo, equivalente a due erogazioni dei flaconi (si tratta più che altro di un'accortezza antispreco). «Quando la texture è giusta, la crema viene assorbita anche se ne metti troppa», assicura l'esperta. ►





1. Agisce sul collagene grazie al mix tri-peptidico brevettato rimpolpando la pelle, Tri-Peptide Face and Neck Creme Spf 15 Resilience Multi-Effect Estée Lauder (125 euro).

2. Regala luce al viso con madreperle e vitamina C, Fluido Idratante Aqua Porcelaine Galénic (50 euro).

3. Detersione per cute delicata con crema e lozione, Kit Duo Réponse Délicate Matis (60 euro).

4. Lifta e nutre, Maschera Tensore Rimodellante Eisenberg (73 euro).

5. Ridensifica e riduce le rughe la nuova formula, Wrinkle Smoothing Cream Benefiance Shiseido (95 euro).

COMINCIA DALLA PULIZIA *eseguita in punta di dita*

Non a caso, in istituto, ogni trattamento inizia con la pulizia. «Trattare la pelle senza detergerla è come lucidare casa senza aprire le finestre. Così come è importante usare le mani per stendere i prodotti, a cominciare dal detergente. Meglio con le dita in modo da soffermarsi sulle zone untuose, come i lati del naso, o dove senti la grana poco uniforme», raccomanda Sabina Bonvissuto, visagista e responsabile del centro beauty del Caesius Thermae & Spa Resort di Bardolino, sul lago di Garda. «Al tatto, poi, avverti se serve una seconda passata. Dopo il risciacquo, a viso pulito, picchietta la lozione con i polpastrelli». Un segreto? Massaggia la crema sulla pelle umida, in modo che si misceli con le microgocce d'acqua aumentando il suo potere idratante. «Utilizza i palmi per tirarla dal centro verso l'esterno, i polpastrelli per farla assorbire, infine le nocche, con un movimento di impastamento, per stimolare la circolazione».

RASSODA OVALE E COLLO *massaggiando anche le orecchie*

Neuropeptidi che stirano le rughe, complessi proteici ricompattanti, acido ialuronico per il turgore. Sono tra gli attivi più potenti per conservare una pelle giovane e fresca, ma per sfruttarli al meglio impara qualche trucco. «Stendili dietro il collo. Collane di Venere e rilassamenti della linea mascellare partono anche dal cedimento cutaneo nella parte posteriore», spiega Manuela Ravasio, beauty e wellness coach della scuola Ekis di Reggio Emilia. «Massaggia le orecchie: con i polpastrelli percorri avanti e indietro il retro e concludi tirando i lobi verso l'esterno. Questo serve a tonificare il contorno del volto».

POTENZIA L'EFFETTO ANTIETÀ *con una goccia di olio vegetale*

Utilizzato sotto l'idratante o la maschera elasticizza, mescolato alla crema regala una protezione extra, steso sotto il siero è ideale per la pelle mista. «L'olio vegetale è dermoaffine e penetra in profondità. Ne bastano poche gocce per aumentare l'idratazione del 40 per cento», dice Annamaria Previati, estetista esperta di terapie naturali di Biostudio Natura a Milano. «Prima di applicarlo versalo in ►



1. Con olio di moringa illumina e detossina il viso, Moringa Defence Bottega Verde (37,99 euro).
 2. L'olio di argan ripristina il livello di lipidi, quello di tamanù rafforza la barriera, Siero in Olio Rivitalizzante Intense Rescue Capture Youth Dior (93,53 euro).
 3. Recupero notturno per pelli atone e spente con la

miscela di 13 oli vegetali, Botanical Pure Oil AQ Decorté (180 euro).
 4. Acqua dei ghiacciai delle Alpi svizzere e probiotici per la crema struccante che si trasforma in olio, Wonder Falls Purity Valmont (125 euro).
 5. Collagene marino e vegetale, Concentrati Puri Incarose (19,50 euro).

un bicchierino di vetro e intiepidiscilo alla fiamma di una candela». Per un impacco restitutivo distribuisce l'olio di oliva o mandorla dolce (un cucchiaino da caffè) con il pennellino, e poi applica una maschera cremosa. «Se la cute è sensibile, acneica o arrossata, riequilibra con una maschera d'olio di calendula o ribes nero disinfiammanti. Lascia in posa mezz'ora, passa un batuffolo di ovatta umido e stendi il siero più adatto alla tua epidermide».

DAI LA CARICA ALLA CUTE con i booster delle meraviglie

Sono le novità che amplificano i risultati dei soini giorno e notte. «Formule acquose sature di principi attivi e booster non sostituiscono le creme ma, data la loro capacità di veicolare le sostanze, moltiplicano l'efficacia degli attivi», rivela la dermatologa Mariuccia Bucci. Come bombe energetiche i booster contengono cocktail di vitamina C e acido ferulico antiossidanti e schiarenti, glicani che mantengono le strutture di sostegno, melatonina in grado di combattere i radicali liberi durante il sonno. «Risolvono un problema, anche momentaneo, come invecchiamento o troppa sensibilità, con un'azione urto». Cosa li distingue dai sieri? «Si usano come rinforzo idratante o antiage in zone specifiche, per esempio sul contorno occhi, e non sempre prima della crema, alcune formule funzionano anche da sole, la sera o d'estate».

SMORFIE ALLO SPECCHIO per attivare i muscoli e stirare le rughe

Dopo avere steso la crema, fermati qualche minuto allo specchio per attivare i muscoli del viso. «Li usiamo sempre meno e per le stesse espressioni, finché diventano atrofici. Per questo è importante completare la routine con esercizi specifici, che rimodellano l'ovale, sollevano le rughe e, in più, migliorano l'irrorazione dei tessuti, dato che incrementano circolazione sanguigna e decorso della linfa», afferma Silvia Pengo, ideatrice del metodo di ginnastica facciale Fit&Face. Per ridurre il doppio mento e rassodare la linea mascellare tira fuori la lingua, alzandola il più possibile. Per una risata effetto lifting spalanca la bocca e contra i muscoli zigomatici, senza strizzare gli occhi. Per ringiovanire contorno occhi e fronte spingi le sopracciglia in su guardando il soffitto per quattro secondi, porta lo sguardo in basso per altri quattro secondi e rilassa. Info: www.silviapengo.it