

SMART, SEXY STYLE @MARIECLAIREMAG

marie claire

YOUR SUMMER GAME PLAN

SPIKED SLUSHIES,
ZERO EFFORT HAIR
& the Ultimate
FESTIVAL SURVIVAL
GUIDE

CAN YOU BE
A FEMINIST
& STILL WANT
A MAN TO
SAVE YOU?

GAL GADOT WONDER WOMAN

The REAL LIFE
SUPERWOMAN
Behind
SUMMER'S
COOLEST
SUPERHERO

FASHION FORWARD

Fresh Looks You Need Now

Da quanti anni ci dimentichiamo delle creme viso notte prima di chiudere gli occhi?

Guida alle migliori night cream che durante il sonno rigenerano/ricaricano/risvegliano il turnover cellulare.



di Vanessa Perilli 28/07/2019



Buon sonno + ottima crema viso notte è la combo più idratante, tonificante e rigenerante per la nostra pelle. Mentre si dorme, in particolare da mezzanotte alle 4, la melatonina, definito "ormone del sonno", migliora gli scambi cellulari e ripara cheratinociti e fibroblasti rallentando i processi dell'invecchiamento e rendendo l'epidermide più ricettiva. Perché, quindi, non utilizzare queste ore propizie per restituire alla pelle quello che le è stato tolto durante il giorno attraverso una **crema notte** ad hoc? Quali trattamenti scegliere? Quelli idratanti e riparatori a base, per esempio, di acido ialuronico e retinolo. "In particolare le **creme viso notte** per pelli miste o grasse, lucide e spesso asfittiche, devono contenere sostanze funzionali fortemente idratanti, ma con una bassa percentuale di sostanze lipidiche, così da non appesantire la pelle. Le formulazioni quindi avranno, a seconda della stagione, una texture più o meno leggera che contenga ingredienti che regalano un effetto fresco e seboregolatore", [spiega la dermatologa Mariuccia Bucci.](#)