Non lavare via l'ABBRONZATURA

I consigli dei dermatologi e i prodotti per tenere viva la tintarella al rientro in città

~ Testo di Rachele Marchese ~

Un incarnato luminoso, abbronzato e dall'aspetto sano rende tutte più belle: è una perfetta base per il make up, nasconde le imperfezioni e regala un look spensierato. È possibile prolungare, intensificare e sublimare l'abbronzatura anche in città al ritorno dal mare? «Ci sono due aspetti che dobbiamo considerare quando si vede svanire l'abbronzatura», spiega Antonino Di Pietro, direttore dell'Istituto dermoclinico Vita Cutis di Milano. «Il primo, purtroppo, è inarrestabile e riguarda l'azione dei melanofagi, gli "spazzini" della melanina (il pigmento che rende scura la pelle); queste cellule la eliminano alla fine dell'estate, quando non serve più, per riportare l'epidermide al suo colorito naturale. Il secondo aspetto, invece, è legato alla disidratazione e alla desquamazione cutanea: processi che è possibile contrastare seguendo dei facili consigli quotidiani». Vediamo quali.

IDRATAZIONE DALL'ESTERNO

Applica su viso e corpo, mattina e sera, creme idratanti per far sì che la pelle sia più compatta in superficie. Quali prodotti scegliere? Sono indicati creme e sieri che contengono fosfolipidi e glucosamina, in particolare il complesso fospidina, che è risultato essere molto efficace nel rigenerare la cute e nel mantenere una buona idratazione e compattezza delle cellule. «Quando applichi la crema può essere inoltre utile fare leggeri massaggi con dei movimenti circolari», consiglia Di Pietro. «In questo modo si facilita la microcircolazione e quindi il flusso di sangue ossigenato che dà vitalità e luminosità alla pelle. Utile anche esercitare leggere pressioni e rilasci con le dita per favorire l'irrorazione delle cellule».

IDRATAZIONE DALL'INTERNO

Per prolungare l'abbronzatura è importante idratare la pelle anche dall'interno. «I raggi solari, infatti, penetrano in profondità nella cute favorendo la disidratazione», spiega Piera Fileccia, dermatologa a Roma. «Cerca quindi di bere almeno un litro e mezzo di acqua al giorno, aggiungendo anche spremute, centrifughe, frullati di frutta di stagione (meglio quella di colore rosso o giallo), oltre che tisane e infusi. Evita invece gli alcolici, perché tendono a disidratare».

DETERSIONE

Per non lavare via la tintarella è preferibile fare la doccia piuttosto che il bagno. L'ideale è tenere il getto d'acqua a temperatura ambiente, senza mai puntarlo direttamente sul corpo. «Scegli prodotti detergenti dalla consistenza oleosa o cremosa che aiutano a ridurre la desquamazione; evita invece la schiuma perché tende a disidratare», suggerisce la dermatologa. Per asciugarsi è, poi, consigliabile

123RF

non sfregare la pelle, ma tamponarla con un asciugamano in microfibra che assorbe subito l'eccesso d'acqua.

ESFOLIAZIONE

«Senza esagerare, un leggero e delicato scrub può essere utile perché aiuta a rimuovere le cellule morte che rendono la pelle ispessita e spenta», suggerisce l'esperta. «Se l'abbronzatura se ne sta andando via a macchie, puoi anche passare delicatamente un guanto di luffa inumidito per uniformare l'incarnato. Per depilarti evita la ceretta, che oltre ai peli porta via anche il colore».

MAKE UP

Il trucco c'è ma non si vede. Sì, perché le nuove texture impalpabili sono in grado di ricreare quel glow estivo che non vorresti mai perdere. L'effetto naturale lo ottieni usando una terra compatta multitono dal finish ultra luminoso che garantisce un effetto abbronzatura non artificiale: dona una coprenza leggera ed è perfetta per essere utilizzata sia sul viso sia sul corpo. La classica terra in polvere è anche declinata in texture innovative: dal burro alle formulazioni liquide o in crema, iper versatili e facili da applicare. Può essere applicata dopo la crema idratante oppure sovrapposta al fondotinta.

DAL DERMATOLOGO

Puoi provare il Rimage, innovativa metodica antiaging per viso, collo e décolleté, totalmente indolore, che realizza una perfetta sinergia tra l'uso della fospidina e l'azione di specifiche energie biorigeneranti. «Di recente si è scoperto che, applicando determinate sostanze come la fospidina sulla pelle e illuminandole successivamente con luci Led, si raggiungono risultati ancor più efficaci», illustra Di Pietro. Come si svolge il trattamento? «Inizialmente si procede con l'elettroporazione, grazie alla quale le cellule della pelle ricevono un elevato apporto di fospidina. Così facendo, si favorisce la produzione di collagene e di elastina, le cellule degli strati superficiali si ricompattano e si migliora l'idratazione profonda. La seconda fase si basa sulla radiofrequenza frazionata, che facilita l'assorbimento della fospidina in tutto lo spessore del derma. Il trattamento si conclude ricorrendo agli infrarossi freddi, che potenziano ulteriormente l'azione nutriente della fospidina». La pelle si ritrova così naturalmente turgida, liscia e compatta, assistendo anche a una regolazione dell'attività delle ghiandole sebacee. I risultati sono immediati e si apprezzano ulteriori miglioramenti nei giorni successivi.

IDRATARE

1

2

1. Natrux Crema Fluida Corpo Antiaging di **Skinius** (22 €; in farmacia, parafarmacia e su skinius.it): potente azione idratante, elasticizzante e rassodante con una texture leggera ad assorbimento ultra rapido.

2. Crème Apaisante Réparatrice di **Eisenberg** (112 €; da Sephora): con estratto di cellule staminali di foglie di lampone e formula Trio-molecolare, riduce la ruvidità e la secchezza della pelle.

3. Ceramidin Body Butter di **Dr. Jart+** (24 €; da Sephora): ricca crema corpo super concentrata che apporta un'intensa e profonda idratazione con multi-ceramidi e burro di karité.

4. Aqua Réotier Gel Ultra Désaltérant di **L'Occitane** (28 €; nei negozi L'Occitane): con acqua di Réotier, acido ialuronico e glicerina, agisce come una calamita per ricaricare la pelle di acqua.

3

4

DETERGERE

1. Nectar de Rose Shower Gel di **Melvita** (14 €; in farmacia): dalla profumazione fiorita, svela la freschezza di un estratto di tre rose selvatiche raccolte a mano.

2. Defence Mousse Detergente di **BioNike** (16,95 €; in farmacia): la spuma soffice rispetta l'equilibrio cutaneo e neutralizza l'azione disseccante del calcare presente nell'acqua, lasciando la pelle fresca e morbida.

3. Latte-olio All in One Detergente, Struccante e Tonico di **Korff** (19 €; in farmacia): con estratto di Ganoderma Lucidum, burro di cacao e olio di lino, contribuisce ad idratare e nutrire la pelle in profondità.

4. Detergente Idratante di **CeraVe** (9 €; in farmacia): per pelle da normale a secca, aiuta a ripristinare la barriera protettiva dell'epidermide.

1

2

3

4

ESFOLIARE

1

1. Scrub Viso Levigante di **Olaz** (3,99 €; nella gdo): grazie a un agente idratante va oltre la semplice esfoliazione favorendo il nutrimento della pelle.

2. Crème Gommante Douce di **Caudalie** (21 €; in farmacia): con microsfere di jojoba dall'azione esfoliante dolce e olio nutriente di vinaccioli d'uva, si usa su viso, collo e décolleté.

3. Scrub Corpo Mediterranea n°7 di **My Fragrances** (27,90 €; su myfragrances.it): a base di olio di riso, orchidea e olio di cocco per rendere l'abbronzatura più durevole.

2

3

MAKE UP

1. Phyto-Touche Gel Teinté Corps di **Sisley** (87 €; in profumeria): gel colorato, fresco e fondente per donare un naturale effetto abbronzato, dorato e luminoso a décolleté, braccia e gambe.

2. Maxi Bronzer Good to Glow di **Rimmel** (13,60 €; in drugstore, grande distribuzione e profumeria): la texture confortevole e setosa è facile da sfumare per un effetto abbronzatura naturale.

3. Illuminante Perla Pura di **Collistar** (29,90 €; in profumeria): dalla consistenza estremamente morbida è un'infusione di luce per viso e corpo.

4. Bronzer Drops Sandstone Heat di **& Other Stories** (23 €; negozi monomarca): innovativa texture liquida per un effetto «baciata dal sole», adatta a qualsiasi carnagione.

1

2

3

4