

tempo, però, è emersa una nuova tipologia di **epidermide sensibile: normale, mista o grassa, ma indebolita da interventi aggressivi, situazioni stressanti prolungate, alterazioni ormonali.** Oltre a cedere agli arrossamenti, rallenta il turn over cellulare e si squama. Succede sempre più spesso anche nell'area del contorno occhi. «Una zona fragile per definizione, che come tale va trattata», dice la dermatologa. In ogni caso è importante seguire una beauty routine accorta, **evitando di usare troppi prodotti.** «Sovrapporre tanti, come suggeriscono i rituali coreani che ne impiegano fino a dieci, rischia di favorire reazioni di intolleranza. Si può fare, ma con molta prudenza. Per non sbagliare, meglio adottare il principio *less is more*, "meno è più", privilegiando i due momenti fondamentali: pulizia e idratazione».

Detersione: meglio tiepida

La pulizia che elimina le impurità depositate sullo strato corneo, preservando i lipidi protettivi, è il primo passaggio salva-pelle. «I prodotti detergenti indicati rispettano uno standard preciso, ossia devono contenere agenti lavanti dermoaffini, con un pH compreso tra 5 e 7, e sono arricchiti di componenti ristrutturanti e idratanti», spiega Norma Cameli. «Altrettanto importante è il momento del risciacquo. **L'azione dei tensioattivi, infatti, aumenta proporzionalmente alla temperatura dell'acqua:** a quaranta gradi sono più aggressivi che a venticinque. Meglio, dunque, lavarsi con acqua tiepida e limitare la durata di bagno e doccia. Altro fattore fondamentale è l'idratazione, che deve

1. Protettivo e nutriente, Lip+ Balsamo Labbra Cellula+ Atar22 (12 euro).



OGGI LA SCIENZA RICONOSCE AI PEPTIDI UNA FUNZIONE CALMANTE, PERCHÉ CONTROLLANO LE RISPOSTE DELLE FIBRE NERVOSE CUTANEE

essere quotidiana e abbondante. **Un valore elevato di Towl, la perdita d'acqua trans-epidermica, rende la pelle più vulnerabile e la predispone all'irritazione.** Per questo l'idratante va messo tutti i giorni e scelto in base a età, tipologia, condizioni della cute».

Scegli creme ad alto gradimento

Pochi ma buoni. Gli ingredienti graditi alla cute iper-reattiva sono ridotti di numero e molto selezionati,

in modo da individuare più facilmente eventuali intolleranze. «È necessario che siano garantiti da test di laboratorio», afferma Carla Scesa, docente di cosmetologia presso l'Università degli Studi di Siena. «I più efficaci sono ampiamente collaudati. Per **calmare e disarrossare punta su camomilla, acido glicirretico derivato dalla liquirizia, ruscogenina d'agrifoglio per proteggere i vasi sanguigni,** immunomodulatori come echinacea e aloe vera. Ceramidi, vitamine A ed E, oli naturali ricchi di acidi grassi omega 3 e 6, idrocaptatori come l'acido

F

N. 2 SETTIMANALE 17.01.2023
€ 1,20 IN ITALIA

**DONNE
CORAGGIOSE**
SONO FORTE
SONO BIONICA

Moda
VIVIENNE WESTWOOD
CI MANCHERAI

Bellezza
PELLE IRRITABILE?
CALMALA COSÌ

Viaggi
I CASTELLI
DELLE FIABE

OLIVIA

Palermo

QUELLO CHE SO
SULLO STILE
L'HO COPIATO
DA VOI ITALIANE

**PAPA RATZINGER
TI SCRIVO**
di Lorena Bianchetti

Lindsay Lohan

CATTIVA
RAGAZZA?
MEGLIO
MADRE

Alessia Marcuzzi

50 ANNI, MA
SEMBRANO 15

Kevin Costner

FELICITÀ
E AVERE 7 FIGLI
E UN CAVALLO

La stagione che inganna il cuore

CREDEVO FOSSE AMORE

E INVECE ERA L'INVERNO

a pag. 116

ISSN 2280 773X

30002 >



9 772280 773004



CAIRO EDITORE