

# QUESTIONE DI PELLE

**COME AIUTARE LA PELLE AD UTILIZZARE AL MEGLIO LE PROPRIE RISORSE ATTRAVERSO UNA CORRETTA MANUTENZIONE COSMETICA DERMOCOMPATIBILE**

La pelle è il nostro organo più esteso, lo strato superficiale di cellule che racchiude e custodisce il nostro corpo e lo protegge dagli agenti esterni e, in quanto tale, occorre prendersene cura come si fa con gli altri organi.

Il corpo umano fa da sé gran parte del lavoro di manutenzione della pelle grazie a meccanismi di eliminazione delle cellule vecchie e danneggiate e la conseguente sostituzione con altre nuove e sane. Questi meccanismi, con l'avanzamento dell'età e l'azione degli agenti esterni come inquinamento, fumo e stili di vita frenetici e poco sani, diventano sempre meno frequenti. Se non ci è possibile agire sui normali meccanismi fisiologici di usura del tempo, possiamo però aiutare la pelle a svolgere al meglio le sue funzioni, soprattutto dopo i 30 anni, quando la produzione di collagene diminuisce del 30% rendendo più difficile il ricambio cellulare e dunque il perfetto funzionamento della barriera cornea che protegge il nostro organismo. L'effetto più immediato e visibile di questo processo è la perdita d'acqua e la conseguente secchezza cutanea. Diventa allora fondamentale salvaguardare l'idratazione della pelle che, bloccando questa perdita, mantiene in equilibrio la barriera cornea.

Alcune sane abitudini cosmetiche ci possono aiutare ad accudire la pelle e a mantenerla sana. Prima fra tutte, modulare la propria routine di bellezza secondo il tipo di pelle e la stagione. La pelle infatti è sempre esposta ai cambiamenti dell'ambiente esterno: caldo e umidità in estate, vento e basse temperature in inverno.

La stagione autunnale è un cruciale momento di passaggio per pelle e capelli, che risentono degli effetti dannosi dei raggi ultravioletti dovuti all'esposizione solare estiva e devono tutelarsi dalla rigidità del clima invernale. È infatti la stagione migliore per introdurre nuove abitudini cosmetiche che rendano il passaggio meno traumatico possibile. Bastano pochi prodotti ma rigorosamente dermocompatibili e affini al nostro ecosistema cutaneo.

La detersione è la base di ogni sana routine di bellezza; perché sia efficace occorre scegliere un prodotto adatto al proprio biotipo cutaneo (pelle normale, mista, grassa, secca, sensibile) e utilizzarlo mattina e sera.

Da evitare detergenti troppo schiumogeni e aggressivi per non rovinare il film idrolipidico che riveste la pelle di corpo e viso e preferire invece detergenti in gel (SVR - TOPIALYSE Face and Body Gentle Protective Cleanser) o in mousse leggera (CLARINS - Gentle Foaming Cleanser).

Struccare bene viso e occhi a fine giornata è un'abitudine imprescindibile per avere una pelle sana. Per rimuovere il trucco senza irritarla occorre utilizzare detergenti privi di alcol e

tensioattivi aggressivi, a cui preferire ingredienti delicati ed emollienti, che asportino efficacemente le impurità e i residui di makeup, lasciando la pelle luminosa e ben ossigenata. (HINO NATURAL SKINCARE - Hamamelis Active Eye Makeup Remover).

Dopo struccaggio e detersione la pelle è pronta a ricevere una buona crema che contenga principi attivi compatibili con le proprie esigenze. In autunno è consigliabile utilizzare creme ricche di antiossidanti e dalle proprietà anti-macchia (JOWAE - Youth Concentrate Complexion Correcting) o a base di retinolo e acido ialuronico che aiutano rispettivamente ad uniformare e levigare la pelle, rimediando ai danni provocati dalla tintarella e a migliorarne l'elasticità. (VERSO - Dark Spot Fix)

Un prodotto ad altra concentrazione di oli vegetali invece permette di ristabilire l'equilibrio tra acqua e lipidi nell'epidermide, così da garantire il giusto livello di idratazione e rinforzare la barriera cutanea protettiva. (SELVERT - Extraordinary Illuminating Oil).

Anche se non più scoperta, la pelle del corpo in autunno va continuamente nutrita per rimediare alla secchezza causata dall'abbronzatura che va sbiadendo e all'azione disidratante di sale e cloro. Una crema dalla texture ricca a base di estratto di rosa e oli dalle proprietà nutrienti come argan e sesamo la lascerà vellutata e profumatissima (MAROC MAROC - "Rose de Sucre" Nourishing Body Cream).

Ingredienti emollienti e antiossidanti, come aloe vera e vitamina E, sono da prediligere anche nella scelta dei cosmetici da applicare sulle labbra per renderle idratate, rimpolpate e difenderle dal freddo (ELISABETH ARDEN - Beautiful Color Liquid Lip Gloss).

Anche ai capelli, messi a dura prova dalla stagione estiva, durante l'autunno vanno dedicate speciali cure; l'azione dei raggi ultravioletti infatti provoca un aumento fisiologico della caduta. Insieme all'utilizzo di integratori ad hoc e di trattamenti rinforzanti, è utile proteggere la chioma con un prodotto che faccia da scudo termico durante l'utilizzo di piastre, phon e ferri, trattenendo l'idratazione all'interno delle ciocche ed eliminando l'effetto crespo. (BALMAIN - Thermal Protection Spray). Prendersi cura della propria pelle e aiutarla ad espletare al meglio le sue funzioni non è un mera questione estetica, ma ci abitua ad analizzarla attentamente, consentendoci così di individuarne caratteristiche che sono spia del nostro stato di salute e di intervenire in maniera efficace.

Paola D'Avenia

# Fall in Love



1 VERSO - Dark Spot Fix / 2 SVR - TOPIALYSE Gentle Protective Cleanser / 3 HINO NATURAL SKINCARE - Makeup Remover / 4 BALMAIN - Thermal Protection Spray / 5 MAROC MAROC - Nourishing Body Cream / 6 SELVERT - Extraordinary Illuminating Oil / 7 ELISABETH ARDEN - Liquid Lip Gloss / 8 JOWAE - Youth Concentrate Complexion Correcting / 9 CLARINS - Gentle Foaming Cleanser