

Make-up non più vietato mentre si fa sport
Fra tapis roulant e attrezzi pronte per i selfie

In palestra il trucco c'è (e si vede)

DEBORAH AMERI

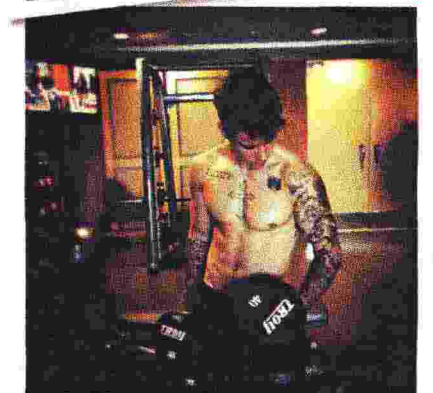
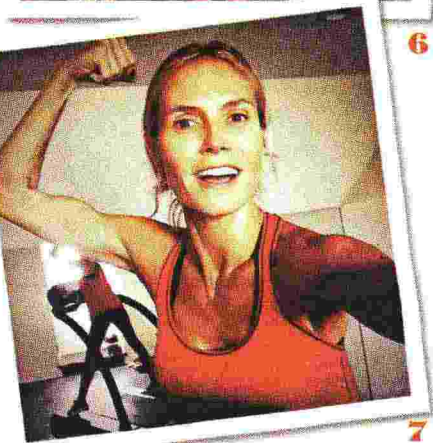
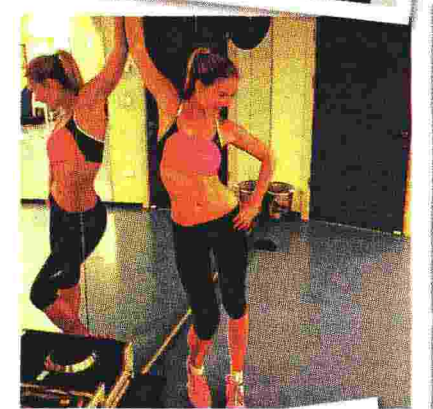
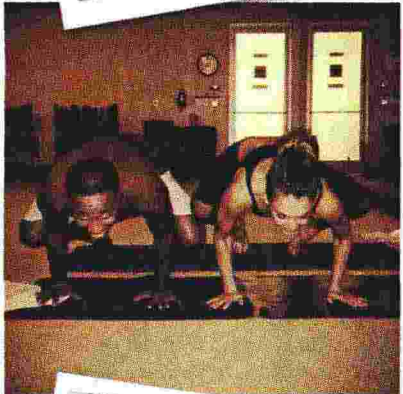
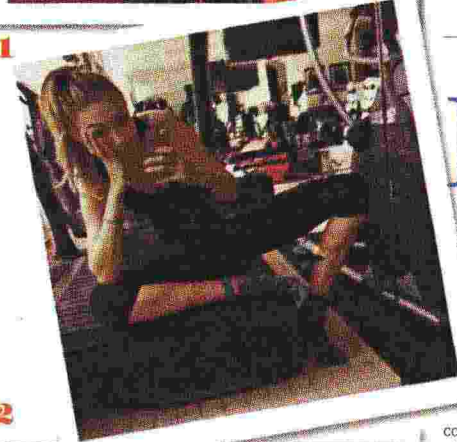
IN POSIZIONE sul tapis roulant, asciugamano intorno al collo, broncio e... click. Il selfie da palestra è servito. Su Instagram l'hashtag #gymselfie è stato usato più di un milione e mezzo di volte, grazie anche alle modelle del momento, le sorelle Gigi e Bella Hadid. Non c'è da stupirsi quindi se un nuovo trend si sta facendo strada tra le amanti del fitness. Lo hanno definito "athleisure make-up", il trucco da sport, da mettere sia in palestra che all'aperto. E così le regole di perfezione imposte dai social hanno spazzato via un altro tabù: guai a truccare la pelle mentre si fa esercizio fisico. «Fino a qualche tempo fa le formulazioni dei cosmetici erano più pesanti e non erano adatte al fitness. Ma i nuovi prodotti sono in grado di non occludere i pori della pelle e farla traspirare. Quindi si al make-up in palestra, ma a patto che sia leggero», concede la cosmetologa Alessandra Vasselli, dell'Associazione italiana dermatologia e cosmetologia. «Durante l'esercizio fisico la pelle produce più secrezioni e più seborrea e l'ipersudorazione ne cambia la composizione lipidica. Il trucco troppo pesante potrebbe miscelarsi con il sudore». Niente mascheroni, quindi. Ma una scelta oculata dei prodotti. «Per coprire il fondo della cute si possono usare le creme BB o CC, idratanti e con sostanze per coprire gli inestetismi. Per gli occhi opterei per un mascara e una matita waterproof. Infine un lipgloss leggero per le labbra», consiglia l'esperta.

Importanti sono i principi attivi che devono essere contenuti nei prodotti, come sostanze idratanti e pigmenti che colorano e che proteggono dalla luce («ce ne sono a centinaia, in genere sono indicati da un numero preceduto dal prefisso C.I.»).

L'industria cosmetica ha sfruttato con furberia il trend athleisure già visto nella moda (l'anno scorso, secondo *Vogue*, si sono venduti più leggings di lycra che jeans) creando linee ad hoc. Sweat Cosmetics, fondata nel 2015 da cinque atlete, è il primo brand interamente dedicato al make-up per il fitness. Tutti i prodotti (dal fondotinta all'illuminante) contengono ossido di zinco, una naturale forma di protezione dai raggi solari, ed estratti della pianta Rhodiola rosea, uno scudo contro l'inquinamento e altri agenti atmosferici, particolarmente adatti per chi fa attività all'aperto. «Ma non dimenticate mai la protezione solare che deve andare da un fattore Spf 30 a un Spf 50, sia per corpo che viso», avverte Vasselli.

Tarte Cosmetics è il primo marchio ad aver inaugurato una specifica "athleisure collection", con mascara, idratanti, deodorante vegano e salviettine assorbenti sebo. Il mascara è stato testato ad alta temperatura e umidità in una sorta di "camera del sudore", in modo da durare per molto più di una lezione di circuit. Il brand inglese Eyeko offre una linea di eyeliner per lo sport e il marchio vegano Arrow, con i suoi prodotti "pilates-to-bruch", è uno dei più venduti del sito Birchbox. Il prodotto più popolare è un balsamo per le labbra colorato con burro di mango.

«Da evitare sono i prodotti fortemente attivi dal punto di vista cosmetico, come gli anti ageing e quelli che agiscono sul microcircolo, in genere le creme anti cellulite», mette in guardia la cosmetologa. E dopo l'allenamento? «Per la doccia è bene usare prodotti detergenti che riescano a controllare la carica microbica per ripararsi da infezioni, uno shampoo e un balsamo delicato, per uso frequente, in modo da ripristinare il benessere dei capelli, e poi riprendere la normale routine cosmetica».



LESTAR

- 1. Karlie Kloss 2. Gigi Hadid 3. Jessica Alba 4. Kim Kardashian 5. Bella Hadid 6. Bar Refaeli 7. Heidi Klum 8. Justin Bieber

Beauty