

Starbene | Bellezza

PELLE NUOVA DALLA TESTA AI PIEDI

Per l'esfoliazione scegli i nuovi prodotti a base di ingredienti delicati che rispettano la cute e non inquinano l'ambiente

di Paola Oriunno

S secondo le ultime ricerche, fino a 24 tonnellate di "polvere" di plastica derivata dall'uso di cosmetici si riversano ogni giorno nei mari europei, per un totale di 8600 tonnellate l'anno. Le microplastiche, infatti, non vengono trattenute dai sistemi di depurazione e finiscono direttamente in mare. Qual è la loro funzione nei prodotti beauty? Le microsfele di polietilene sono un ingrediente ancora utilizzato da alcune aziende cosmetiche per la realizzazione di prodotti per lo scrub. Ma una legge che ne vieta l'uso è in arrivo: a partire dal 2020, l'utilizzo di questi ingredienti inquinanti (presenti anche nei dentifrici), sarà vietata. Ma tu, nel frattempo, puoi già scegliere di detergere a fondo viso e corpo ed eliminare le cellule morte con cosmetici ecologici, amici della pelle e anche dell'ambiente. Ecco come farlo.

PEELING O SCRUB?

Per pulire in profondità l'epidermide esistono due tecniche, il peeling chimico e lo scrub meccanico. Il primo è utilizzato in formule diverse a seconda del tipo di pelle e si basa sull'azione di sostanze chimiche come l'acido glicolico, il mandelico, il salicilico. Applicati sulla pelle e superato un determinato tempo di posa, agiscono in superficie ed eliminano le impurità. «In teoria il termine "peeling" dovrebbe essere utilizzato soltanto per il trattamento dermatologico che può essere più o meno profondo», spiega la cosmetologa

Alessandra Vasselli. «Ha un'alta concentrazione di sostanze cheratolitiche che per alcune, come il glicolico, può raggiungere il 50% e determina un vero e proprio sfaldamento dello strato corneo. Cosa diversa è l'utilizzo di ingredienti simili nei cosmetici. Hanno una concentrazione di acidi più bassa e quindi una blanda azione esfoliante». Lo scrub meccanico, invece, è un procedimento manuale che si avvale dell'uso di piccolissime particelle per "grattare" ed eliminare le cellule morte. I prodotti rispettosi dell'ambiente sono molti e utilizzano, in genere, materiali di origine vegetale o minerale. «Il sale e lo zucchero sono sicuramente gli ingredienti casalinghi più usati, sia per il viso sia per il corpo. Ma l'industria cosmetica ha messo a punto formule con sostanze diverse, di origine naturale e altrettanto efficaci. Per esempio, noccioli di frutta o ingredienti minerali come silicio o il caolino», dice la cosmetologa. La scelta, quindi, è molto ampia.

COSÌ RIATTIVI LA LUMINOSITÀ

«Con la detersione si compie un atto molto importante che è quello di rimuovere l'eccesso di secrezioni, di make up e lo sporco ambientale», spiega la dermatologa Rita Giacomello. «Ma con lo scrub si fa qualcosa in più: si allontanano più efficacemente i batteri, il sebo e le cellule dello strato corneo superficiale, migliorando anche il microcircolo. Un vero e proprio attivatore di luminosità, ma anche un rituale beauty. Quasi →

Purifica anche il cuoio capelluto

Secondo una ricerca realizzata dal brand Kérastase, il 40% delle ricerche su Google (fonte Google

... Trends maggio 2016) riguarda
... problemi legati al cuoio capelluto:
... dalla forfora al prurito alla testa, dalla
... cute grassa alla caduta dei capelli. La
... genetica a quanto pare c'entra poco
... con questi problemi: è responsabile,
... infatti, solo per il 20%, mentre il

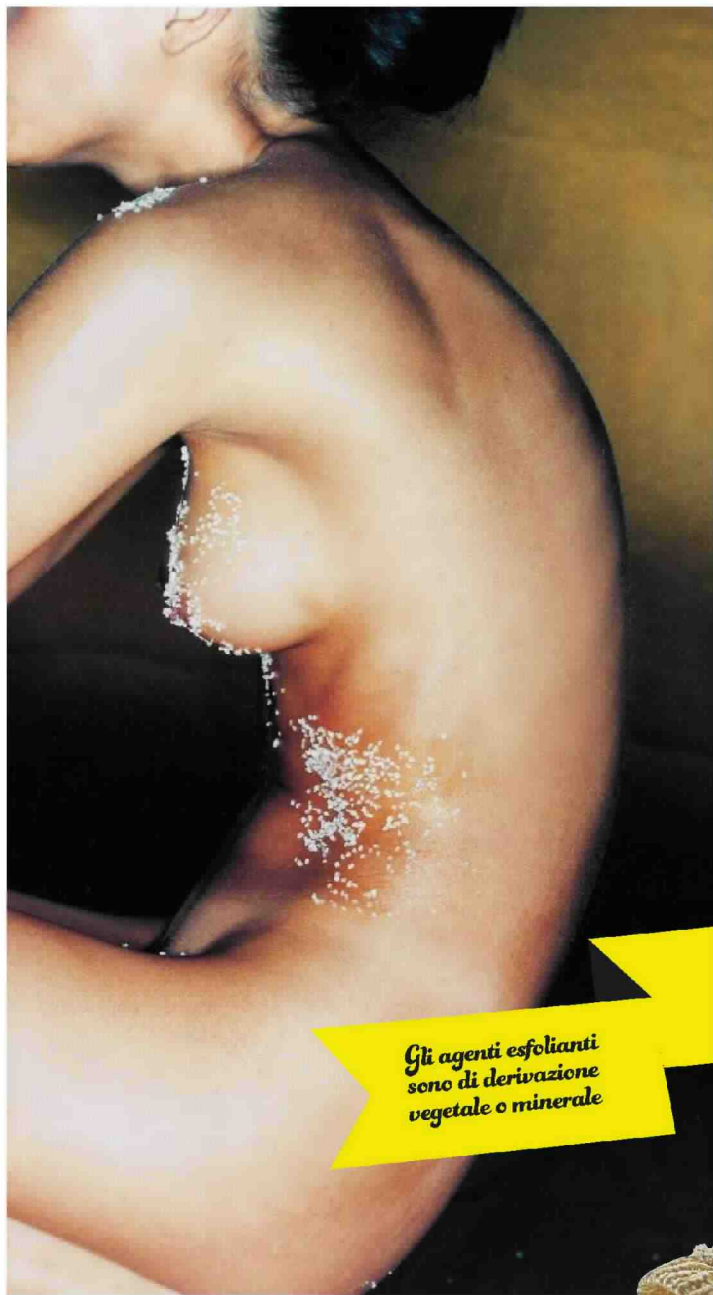
... restante 80% deriva da fattori
... esterni e interni, come stress e
... cambiamenti ormonali,
... alimentazione, inquinamento
... atmosferico. «Il cuoio capelluto è una
... "cute" molto particolare perché
... ospita molti follicoli piliferi e



HELLER HAWK-TRUMKARCHIVIE

Starbene.it

Bellezza | Starbene



Gli agenti esfolianti sono di derivazione vegetale o minerale



1

① PER IL CORPO

Miele, cristalli di zucchero e oli preziosi: un mix delizioso che con l'acqua diventa un balsamo. **Gommage corpo 2 in 1 Réve de Miel® di Nuxe**, 23,90 €, 175 ml, in farmacia.



2

② PER IL CUOIO CAPELLUTO

I microgranuli del tamanu, sempreverde polinesiano, purificano la cute e la preparano ai trattamenti. **Phytogommage di Imagea**, 18 €, 150 ml, nei saloni.



3

③ PER I PIEDI

Come dice il nome, l'agente esfoliante è la pomice, efficace e naturale. In più, alga rossa oceanica per ammorbidire la pelle. **Crema pomice Podovis®**, 6,18 €, 100 ml, nei super.



4

④ PER IL VISO

Una grande quantità di zuccheri (il 40%) per esfoliare, olio di semi d'uva ricco di vitamina E, olio di monoi per ravvivare la pelle, polvere di açai per levigarla. **Sugar Scrub Esfoliante Illuminante di L'Oréal Paris**, 10,99 €, 50 ml, in profumeria.



5

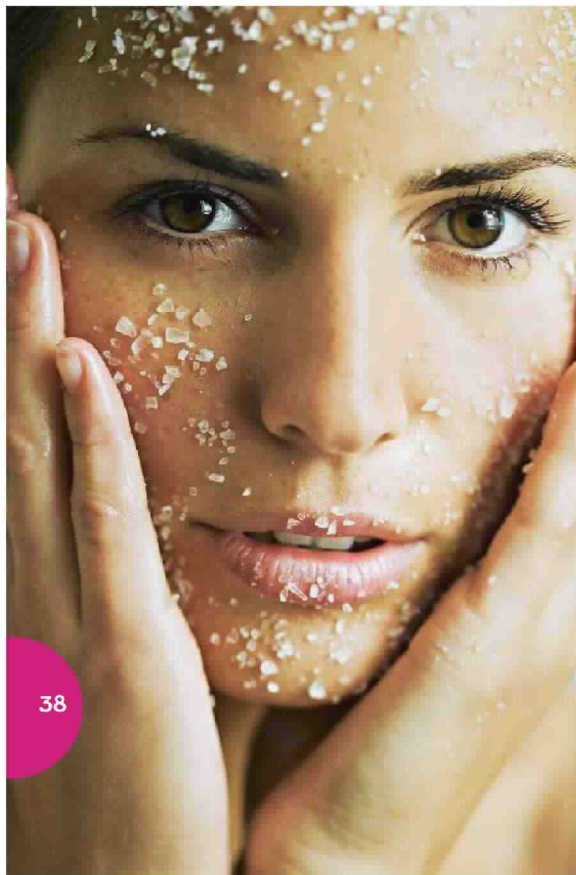
⑤ PER BRACCIA E SCHIENA

La spugna ha un lato di sisal di origine vegetale per effettuare un'esfoliazione profonda e stimolante, uno di morbido cotone per completare il massaggio in dolcezza. **Spugna Collezione Massage Natural di Martini Spa**, 5,19 €, nei super.

ghiandole sebacee di grandi dimensioni», spiega la cosmetologa [Alessandra Vasselli](#). «La sua esfoliazione è utile perché aiuta a rimuovere le grandi e piccole squame e migliora il turnover cellulare, contribuendo a combattere i

problemi tricologici». Proprio come la pelle di viso e corpo, anche quella che «ospita» i capelli ha dunque bisogno di cure e trattamenti purificanti. Così, le aziende cosmetiche e i saloni hanno messo a punto rituali con scrub (anche da fare

in casa) a base di particelle di pietra vulcanica, argilla e microgranuli vegetali naturali per detergere i capelli, detossinarli e lavare via, con un leggero massaggio, anche impurità, cellule morte e persino metalli pesanti dal cuoio capelluto.



38

→ indispensabile per chi ha la pelle grassa e impura, con qualche brufolletto, ma anche per chi ha la cute secca, perché eliminando lo strato corneo superficiale permette un miglior assorbimento dei trattamenti», continua l'esperta. Ma con che frequenza farlo? Sul corpo puoi effettuarlo un paio di volte la settimana: distribuisce il prodotto esfoliante sulla pelle inumidita, iniziando dalle braccia e scendendo poi verso il basso, fino ai piedi e ai talloni. Massaggia per bene e procedi con il normale risciacquo. Puoi preparare lo scrub anche da sola, con sale fino, zucchero semolato e farina di mais miscelati con olio di mandorle dolci, d'oliva o del latte detergente. «Su viso e collo è consigliabile effettuare il trattamento una o due volte alla settimana, preferibilmente la sera, evitando il contorno occhi e il contorno labbra». Tieni presente che su volto e décolleté è sempre meglio agire con delicatezza, mentre i cristalli di sale potrebbero avere degli "spigoli" capaci di lasciare piccoli graffi sulla cute. Ecco perché anche i prodotti cosmetici vanno valutati e scelti tra i più delicati. «In ogni caso, devi agire

Il peeling enzimatico in polvere

Per avere una pelle luminosa e fresca puoi ricorrere anche a peeling con particelle talmente sottili e impalpabili da sembrare quasi polverose. «Gli enzimi presenti in questi prodotti provocano una più facile rimozione delle cellule che si stanno desquamando, con un meccanismo diverso ma paragonabile a quello degli alfa-idrossiacidi. Meglio evitarli, però, sulle pelli molto sensibili. Inoltre anche se la consistenza cremosa potrebbe indurre a usarli come un detergente quotidiano, vanno utilizzati al massimo due volte alla settimana», dice l'esperta **Alessandra Vasselli**. Come si applicano? Basta mettere un po' di polvere sulle mani inumidite e massaggiarla su viso e collo leggermente bagnati; si lascia agire 20 o 30 secondi e poi si risciacqua.

EVITA I GRANULI GROSSI E IRREGOLARI, CHE POSSONO GRAFFIARE E TRAUMATIZZARE LA PELLE.

sempre sulla pelle bagnata: su pelle asciutta i granuli hanno un effetto-grattugia maggiore», conclude Rita Giacomello.

USA LE SPAZZOLE PER LE ZONE ISPESSITE

Il freddo, i collant e i bruschi cambi di temperatura hanno ispessito la cute di gambe e braccia? Puoi provare lo scrub con il guanto o con la spazzola. Dà vitalità all'epidermide secca, rugosa, spenta e ispessita, riattiva la circolazione ed elimina lo strato corneo che le impedisce di respirare. Le più temerarie possono tentare anche il body brushing, la spazzolatura a secco. Un toccasana per ossigenare i tessuti, aiutare il drenaggio dei liquidi in eccesso, riattivare la circolazione, eliminare le cellule morte e trattare la cellulite. Si usa prima della doccia: spazzola il corpo partendo dai piedi, dal basso verso l'alto. Fai movimenti decisi e una buona pressione. Con la spazzola giusta (in setole naturali oppure high tech con setole rotanti e massaggianti) non danneggi la cute, anzi la rivitalizzi, e ti senti subito leggera e più sgonfia. E la pelle è luminosa e levigata.

COSA FARE DOPO?

Scrub e peeling sottopongono la pelle a uno stress, sia pure leggero. Per ripristinare l'equilibrio naturale della cute, regolare il pH e aiutare l'epidermide a rigenerarsi, ci vuole un trattamento restitutivo. «Sul viso si può usare un latte detergente e successivamente può aiutare l'azione decongestionante di un tonico ad azione lenitiva. Alla fine non può mancare una completa azione idratante e restituitiva. Meglio farla con creme ed emulsioni piuttosto che con maschere a risciacquo per non sollecitare troppo la pelle», suggerisce la cosmetologa **Alessandra Vasselli**. «Sul corpo, dopo un accurato risciacquo, applica una lozione idratante e nutriente», raccomanda l'esperta. Ricorda che la pelle, dopo l'esfoliazione, è più ricettiva ai trattamenti. Per questo è il momento ideale per le cure intensive più adatte a te, come un cosmetico drenante o anticellulite. Lo scrub ne potenzia i benefici e amplifica l'effetto finale. Sui piedi e sulle mani dopo lo scrub puoi usare una maschera specifica o più semplicemente applicare uno strato consistente di crema e emolliente e poi infilare dei calzini o dei guanti, da tenere possibilmente per tutta la notte. ●

AGI 1010