

Vacanze finite? Fai il tagliando beauty



A cura di Alberta Mascherpa

Aggiornato il 24/08/2020

Alla fine delle vacanze è il momento giusto per tirare le somme: se qualcosa non va, meglio passare subito all'azione



Un'abbronzatura intensa e una ritrovata sensazione di relax. Ma il lascito delle vacanze spesso non è del tutto positivo: meglio giocare sul tempo e adottare le contromisure del caso per ripartire in bellezza.

LA PRIMA MOSSA DA FARE AL RIENTRO DALLE VACANZE? UN'OSSERVAZIONE ATTENTA DAVANTI ALLO SPECCHIO PER SCOPRIRE QUELLO CHE NON FUNZIONA.

Pelle secca, a tratti ruvida?

Niente di più facile e la colpa è delle aggressioni ripetute dell'estate, i tuffi in mare ma anche i passaggi continui sotto la doccia, il vento, il cloro della **piscina**, persino la permanenza prolungata in luoghi con l'aria condizionata. «Senza dimenticare che per difendersi dall'insulto del sole poi la pelle reagisce non solo producendo melanina ma anche ispessendosi» spiega il professor Leonardo Celleno, dermatologo e presidente Aideco, Associazione italiana dermatologia e cosmetologia. «Serve subito uno scrub per eliminare la parte superficiale, la più danneggiata, della cute e permettere alle cellule nuove, fresche e vitali, di affiorare facendo seguire poi, tutti i giorni, dosi generose di creme nutrienti, oli oppure burri da applicare dopo la doccia».

Capillari dilatati?

Può succedere sul viso se la pelle è fragile, ma soprattutto sulle **gambe**. «Ancora una volta la colpa è del sole e del caldo, due condizioni che, nei soggetti predisposti, favoriscono lo sfiancarsi e il successivo rompersi dei piccoli capillari creando una sottile rete arrossata» spiega Celleno. Per il viso servono creme anti-couperose dall'azione calmante e rinforzante dei piccoli vasi. «Le stesse formule ad azione protettiva sul microcircolo, in crema, gel o spray, sono preziose per le gambe e vanno applicate con regolarità con un delicato massaggio possibilmente con le gambe in alto per favorire il flusso sanguigno: non fanno rientrare il rossore ma evitano che peggiori» commenta Celleno.

Rughe più evidenti?

«Il **sole** innesca la produzione di radicali liberi che favoriscono l'invecchiamento: se a questo si aggiunge la secchezza dovuta al caldo è inevitabile che a fine estate il viso sembri meno fresco» commenta Celleno. «L'antirughe è il primo, prezioso aiuto a cui ricorrere puntando su una formula rinforzata e concentrata a base di vitamine, antiossidanti e sostanze naturali come l'acido ialuronico, le ceramidi, il collagene che idratano a fondo, ricompattano e rigenerano con un effetto lifting» spiega il dermatologo. Ancora più decisa l'azione rigenerante dell'acido ialuronico e di altri preparati biorivitalizzanti che dermatologi e medici estetici possono iniettare nelle zone più segnate.

Unghie rovinata?

Stando in acqua e camminando su sabbia e sassi la cheratina può indebolirsi con il rischio di scheggiature e rotture. Anche le cuticole spesso a fine estate sono spesse e disordinate. Oli e gel ricchi di sostanze naturali, dalla cheratina vegetale alle vitamine, nutrono e rigenerano unghie e cuticole: importante è usare il prodotto ogni giorno, massaggiandolo la sera sulle unghie di mani e piedi insistendo in modo particolare lungo il contorno. Una volta la settimana utile uno scrub specifico che aiuta ad eliminare gli ispessimenti e a rendere ancora più efficace il trattamento.