

BEAUTY · VISO E CORPO

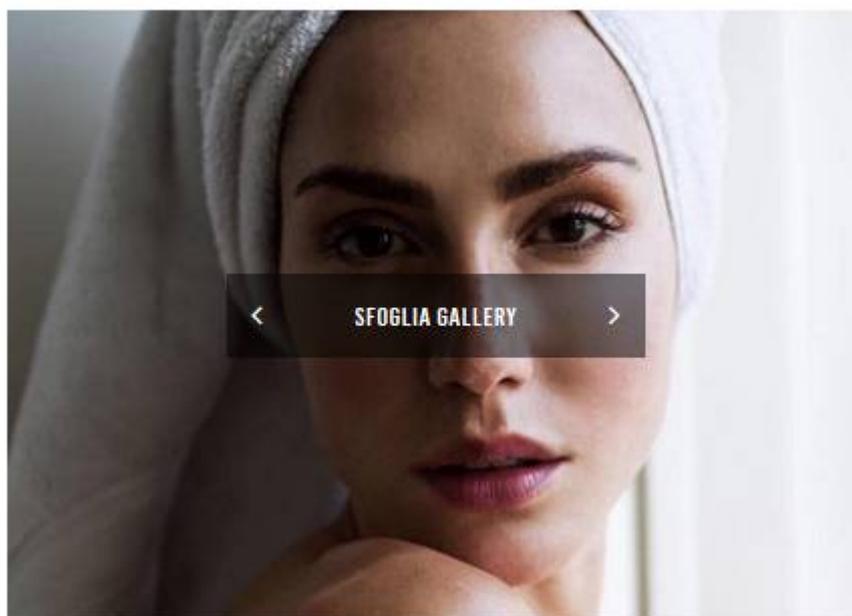
# Pulizia viso: lo step essenziale della routine antiage

2 JAN, 2018

di ELEONORA NEGRI



1



Può risultare noiosa, è vero. Ma la detersione della pelle del viso è quel gesto cosmetico che assicura una pelle luminosa e tonica a tutte le età. Perché allora rinunciarci? Qui vi offriamo dieci motivi per non scordarla più

Stanchezza, pigrizia, accorgersi di avere i prodotti sbagliati, non considerarla proprio del tutto. Tutte scuse credibili, certo. Eppure in una corretta beauty-routine lo step della detersione al viso rimane sempre al primo posto perché permette alla pelle di essere tonica e luminosa a tutte le età. Come fare quindi a ripristinarla nei nostri rituali di bellezza? Occorre una bella auto-motivazione. Potrebbe essere inserita, per esempio, **nella lista dei buoni propositi del 2018**. Non vi basta? Insieme al **dott. Pier Luca Bencini, medico chirurgo Specialista in dermatologia direttore scientifico Iclid Milano (www.iclid.it)** abbiamo messo a punto altri dieci buoni motivi per cui è fondamentale non saltare la fase della detersione quotidiana.

## PULIRE IL VISO È UNA MOSSA ANTIAGE

«Sulla superficie della pelle si depositano e accumulano tre ordini di sostanze: tutte le molecole aggressive provenienti dall'ambiente; quelle prodotte dal nostro organismo (sebo, sudore, etc..) e poi il make up e i residui di creme e

prodotti che applichiamo sul viso. **Durante la detersione andiamo a eliminare tutte queste sostanze, comprese le cellule morte e in fase di distacco, responsabili dell'aspetto opaco del viso.** Quindi possiamo dire che la detersione accurata è un gesto antiage in quanto rimuove le cause dell'invecchiamento ambientale (invecchiamento estrinseco) precoce della pelle».

#### **È UN VERO MOMENTO DETOX**

«La detersione depura la pelle da inquinamento, smog, dal make up, responsabili di irritazioni, imperfezioni cutanee e opacità. **Inoltre, una pelle ben deteresa ha senz'altro un aspetto più compatto e luminoso,** e questo perché durante la pulizia si rimuovono anche le cellule semidistaccate, e una superficie più omogenea riflette meglio la luce»

#### **RADDOPPIA L'EFFETTO DELLA CREMA NOTTURNA**

«Detergere la pelle significa rimuovere tutte le sostanze, esogene ed endogene, che ostacolano la penetrazione delle creme e dei loro attivi. Sulla pelle pulita le creme si distribuiscono meglio, anche tra le interfacce delle cellule, si ha quindi una migliore penetrazione degli attivi».

#### **È UN BOOSTER DI BENESSERE**

«Se dopo aver pulito **il viso eseguite un massaggio è perfetto perché migliora la circolazione della pelle,** apporta sangue ossigenato ed elementi nutrizionali in maniera più abbondante alla pelle. Inoltre, con il massaggio si va a tonificare e fare stretching di tutti i muscoli responsabili della minima facciale che danno tono e contrastano il cedimento della pelle».

#### **È UN GESTO RILASSANTE**

«Indubbiamente è una coccola, una gestualità che aiuta a entrare in rapporto con il proprio Io, con la propria identità. **Toccarsi la pelle ha un valore importante da un punto di vista psicologico: gli psicologi parlano di un'entità che è "l'io pelle", ovvero la pelle che identifica il nostro esistere in rapporto con gli altri.** Detergerla, nutrirla e massaggiarla ha il valore di un rituale che aiuta a rientrare in rapporto con un sé che è purificato dalle contaminazioni che le relazioni con gli altri ci riversano addosso, un riprendere un po' di "auto-amore"».

#### **IN INVERNO CHIEDE QUALCHE ATTENZIONE IN PIÙ**

«La pulizia in inverno deve essere eseguita con cura: in questa stagione, infatti, ci si trucca tendenzialmente di più e la pelle è esposta di giorno a temperature

molto basse, vento e freddo e sbalzi di temperatura, di notte invece dormiamo in ambienti surriscaldati. **Questo alternarsi di freddo e caldo eccessivi è fonte di stress per la pelle** e agisce sulla normale produzione e fluidificazione del sebo ed altera il ricambio cellulare. Di notte la pelle tende a produrre più sebo che ostruisce i pori, quindi al mattino è importante una bella deterzione accurata, una volta a settimana uno scrub o un gommage e qualche trattamento mirato».

#### **I BFF DELLA DETERSIONE: LATTE & TONICO**

«Il latte detergente emulsiona lo sporco, lo fluidifica e lo scioglie ma naturalmente lascia sulla superficie della pelle uno strato cremoso in cui sono inglobati tanti frammenti di sporco. **Per questo se si usa un latte è importante far seguire un tonico da passare più volte finché il dischetto di cotone non resta bianco.** Inoltre il tonico aiuta a ristabilire il pH della pelle».

#### **LA STAR: L'ACQUA MICELLARE**

«L'acqua micellare è un detergente a base acquosa con tensioattivi più delicati che la rendono efficace per detergere senza aggredire la pelle o andare ad intaccare la barriera idrolipidica. **Consiglio però sempre un risciacquo finale con acqua tiepida per rimuovere ogni traccia di prodotto».**

#### **AFFEZIONARSI AL DEVICE**

«Questi prodotti vanno scelti con cura per evitare danni alla pelle, soprattutto le spazzoline, che devono essere estremamente morbide e atraumatiche e che vanno cambiate con una certa ciclicità. **Anche la velocità di cui la spazzola è un fattore determinante.** Consiglio prodotti che possono disporre di più velocità, che possono così adattarsi al tipo di pelle e di zona da trattare, ma anche all'effetto di pulizia da ottenere».

#### **LA REGOLA D'ORO**

«Ogni giorno sulla pelle si accumulano sostanze prodotte dal nostro organismo, sostanze di scarto, make up e residui di creme e prodotti, smog e polveri. Queste sostanze ostruiscono i pori, creano irritazioni e allergie, danno luogo a impurità e non consentono alla pelle di "ripararsi" durante il riposo notturno. La conseguenza è una pelle opaca, spenta e invecchiata. Quindi una pulizia accurata della pelle è uno step essenziale per garantire la sua vitalità e va fatta tutti i giorni».