

IL CORPO VUOLE *LA SUA PARTE*

Non più solo viso.
Oggi lo skincare si concentra
sulle aree difficili del fisico,
dal collo in giù. E fa centro
con formule sempre più
s sofisticate e chirurgiche
nel trattare (anche) i dettagli
e texture voluttuose
che amplificano il piacere

di Simona Fedele - testi di Marzia Nicolini

NELL'ULTIMO PERIODO LA BODY CARE SI È GUADAGNATA UN RUOLO DA PROTAGONISTA nella routine quotidiana. Sono, infatti, sempre più numerose le donne che investono tempo e denaro in prodotti dedicati al corpo, dimostrandosi puntuali nel massaggiare – almeno una volta al giorno – una crema per zone specifiche, un anticellulite o un semplice idratante (dati agenzia Spate). E si prevede, per l'inverno, il boom di vendite per sieri al collagene e all'acido ialuronico, lozioni esfolianti al retinolo o all'acido glicolico ma anche creme golose alla vaniglia e ai frutti. Ma quali sono, esattamente, i gesti e le ritualità essenziali per la bellezza e il benessere dal collo in giù?

«Prima di tutto occorre detergere ed esfoliare. Solo in questo modo i tessuti possono assorbire a dovere gli attivi contenuti in creme, burri e affini, applicati successivamente», risponde Erica Paglialonga, supervisor White Iris Beauty Spa dell'Hotel Continentale di Firenze. «L'esfoliazione settimanale consente di mantenere levigata, luminosa e compatta la pelle, rinnovandola attraverso la rimozione delle cellule morte deposte in superficie che, tra l'altro, impediscono il corretto turn over cellulare. Peeling e scrub sono, in questo, dei validissimi alleati: il primo compie un'esfoliazione di tipo chimico grazie a speciali sostanze – su tutti gli alfaidrossiacidi –, il secondo di tipo meccanico, tramite granuli spessi di sale, zucchero, caffè o altro. Il consiglio è di insistere sulle aree del corpo in cui la cute è più spessa come gambe, addome e glutei».

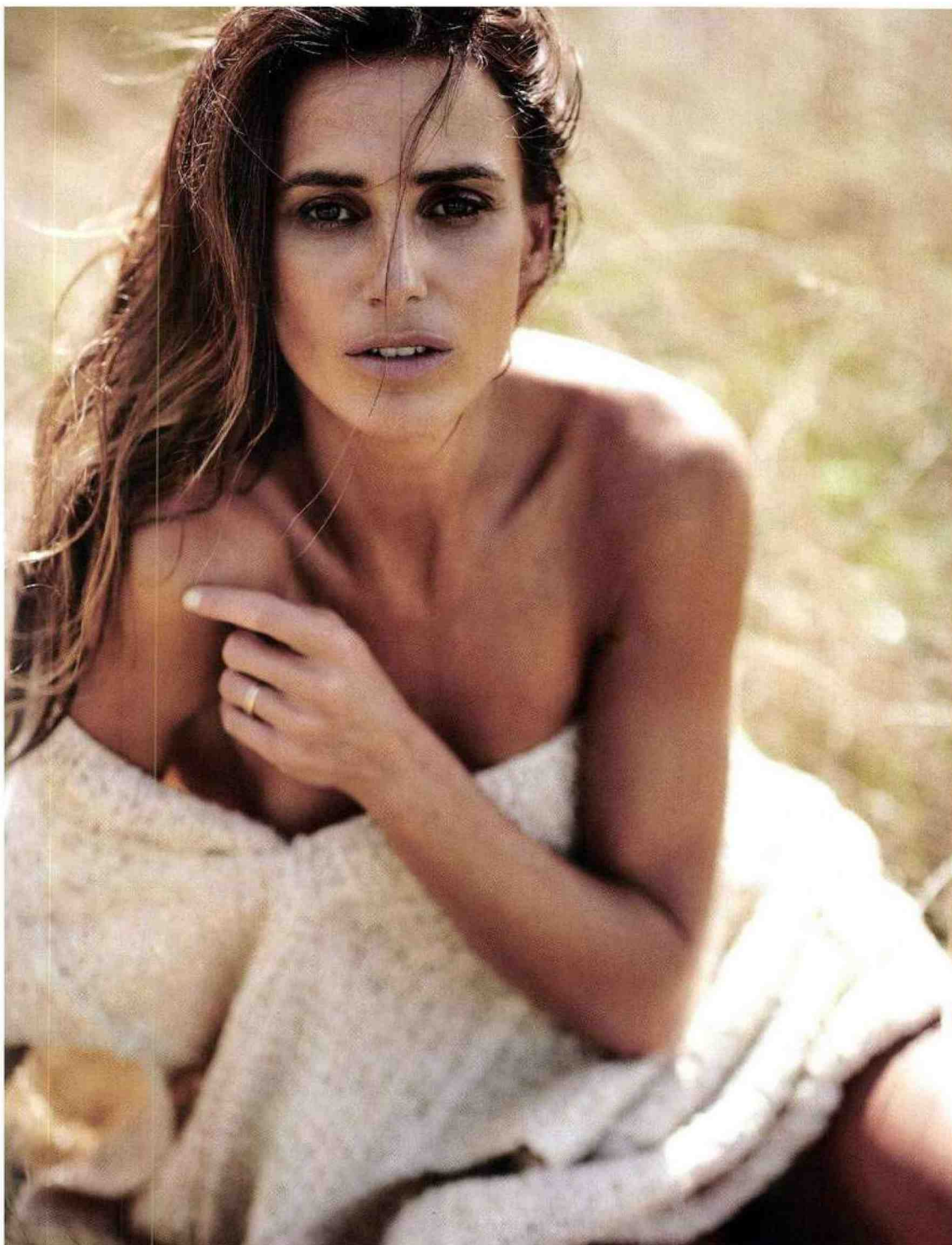


PAESE :Italia
PAGINE :112;113;114;115
SUPERFICIE :363 %
PERIODICITÀ :Settimanale□□

DIFFUSIONE :(92902)
AUTORE :Simona Fedele -...



► 31 ottobre 2023



113





BEAUTY
Fillerina

Tiramisù
Dura quindici giorni il programma urto per ridare tono al décolleté, Trattamento Intensivo Double Filler Sostegno Seno Fillerina 12 Labo Suisse (142 euro).



NUOVA
crema corpo
Arancio & Avocado
48h
Siero IDRATAZIONE INTENSA
Crema corpo idratante e energizzante
EFFECTO PUMP

Effetto pump
Ha una spiccata azione idratante ed energizzante la formula dedicata alle pelli da normali a secche, Crema Corpo Arancio & Avocado Nivea (6,50 euro).



BioNike
DEFENCE
GEL DETERGENTE RIEQUILIBRANTE
Régénérant, équilibrant, hydratant
Ultra delicato
Vanta ingredienti attivi nel salvaguardare il microbiota cutaneo, Gel Detergente Riequilibrante Defence BioNike (17,75 euro).



BAGNO DOCCIA AVENA
Si avvale di latte a base vegetale come quello di avena, ricco in proteine, vitamine, sali minerali, Bagno Doccia Avena Vagheggi Phytocosmetici (17,50 euro).



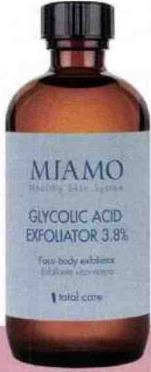
AHAVA
SALT
Mineral Contouring Leviga
Fango e sale
Fango e cristalli di sale del Mar Morto versione gel nel kit in edizione limitata, Mineral Contouring Leviga Ressedo Ahava (34,90 euro).



MATIS
PARIS
Réponse Body
Zone calde
Sviluppa calore con il massaggio, stimolando la circolazione e snellendo, Slim-Motion Réponse Body Matis Paris (61 euro).



Cleopatra's Body Scrub
Exfoliant Corporel
Ricetta regale
Abbina cristalli di zucchero, sale marino e petali di rosa il gommage al miele, Cleopatra's Body Scrub The Organic Pharmacy (43 euro).



MIAMO
GLYCOLIC ACID EXFOLIATOR 3.8%
Nuova luce
Sollecita il rinnovamento cellulare l'esfoliante per viso e corpo, Glycolic Acid Exfoliator 3.8% Miamo (39 euro).

A giorni alterni ci si può regalare la rinvigorente spazzolatura a secco. «Il dry brushing ha origine antichissime, oltre a garantire un'ottimale esfoliazione, aiuta il corpo a espellere le tossine, combatte la cellulite e riduce i peli incarniti. La spazzola va passata sulla pelle asciutta con movimenti diretti verso il cuore e i linfonodi. Dopo qualche minuto si fa una doccia tiepida, utilizzando un detergente cremoso delicato o una saponetta neutra ricca di oli vegetali relipidanti. A detersione conclusa, si possono massaggiare sulla cute appena umida oli, creme e lozioni idratanti a piacimento».

Oli ed emulsioni taylor-made per andare diritti al punto (debole)

Come illustra Joanna Hakimova, biologa e founder di Natural BioLifting, la perfetta body skincare andrebbe customizzata sulla base delle proprie esigenze. Un buon inizio? Considerare l'inetestismo che più di tutti si vorrebbe risolvere. Se la pelle del corpo si sta rilassando e perdendo tonicità in seguito a una dieta dimagrante troppo strong o per ragioni anagrafiche, la soluzione potrebbe essere il ginseng: promuovendo la sintesi di collagene, aiuta a rassodare ed è anche un buon antiossidante.

«Un altro ingrediente utile, in tal senso, è il meno conosciuto estratto di rizoma di Anemarrhena asphodeloides, pianta originaria di Cina e Mongolia, utilizzata da secoli in medicina cinese. Grazie alle sue proprietà rimpolpanti ed elasticizzanti, tratta seno e glutei svuotati e rilassati. E poi c'è un passepartout che funziona a ogni età e su qualsiasi condizione cutanea: l'acido ialuronico. Si tratta di uno dei migliori anti-età, capace di contrastare sia disidratazione sia perdita di tono. Seleziona formule che lo contengano nei suoi tre pesi molecolari - basso, medio, alto - affinché lavori sui diversi strati tissutali», consiglia Hakimova.

«A volte la pelle, specie in perimenopausa e menopausa, fatica a trattenere l'acqua impoverendosi, al contempo, della componente lipidica. Succede anche dopo la rasatura o l'epilazione, se ci si dimentica di idratarla e nutrirla oppure quando si esagera con i trattamenti esfolianti. In questo caso la sostanza adatta è l'urea, molto umettante e in grado di assorbire umidità per restituirla poi alla cute».

Fanghi, impacchi, massaggi rilassano e ottimizzano i risultati

«Se idratare il corpo con crema, olio o burro è un irrinunciabile gesto quotidiano, esistono rituali extra per implementarne gli effetti a fior di pelle», spiega Magda Belmontesi, dermatologa a Vigevano. Un esempio? Una maschera a base di fanghi e alghe marine, estratti di edera, centella, betulla e sali minerali. «Regalarsi questa coccola, lasciando in posa il prodotto per circa trenta minuti - una volta a settimana - equivale a promuovere il drenaggio dei liquidi, ridurre la buccia d'arancia, limitare i gonfiori da ritenzione.



Fonde il potere terapeutico della montagna e dei suoi elementi e il percorso energetico elaborato dal Comitato Scientifico Lefay Spa Method, ispirato alla medicina cinese. Active & Balance del Lefay Resort & Spa Dolomiti di Pinzolo dura sei giorni e comprende: attività outdoor, agopuntura, fitoterapia, yoga, massaggi, ma anche rituali con farina di castagne o burro degli alpeggi. Info: dolomiti.lefayresorts.com

Un rituale ristrutturante, invece, è quel che serve quando la cute è fortemente disidratata. In questo caso si può applicare nell'area più inaridita - piedi, gomiti o ginocchia - uno spesso strato di crema a base di ceramidi e omega 6, come una sorta di ricco impacco. Dopo averlo lasciato agire per mezz'ora, distribuisci i residui sul resto del corpo. L'epidermide risulterà rigenerata e morbidissima al tatto. Se il problema sono, invece, le smagliature, bisogna agire in maniera sistematica giocando su due fronti: esfoliazione della zona striata e successivo massaggio, di almeno cinque minuti, con un olio elasticizzante».

La vaniglia seduce, la lavanda calma: basta seguire la giusta scia

Lo skincare è anche un piacere sensoriale: ma se le texture appagano il tatto, contano moltissimo anche le note olfattive. Su quali fragranze orientarsi nella scelta dei prodotti per il corpo? «Dipende dall'effetto che si ricerca», sottolinea il naso Luca Maffei. «Una crema che profuma di lavanda regala calma e serenità, facendo sentire chi la indossa "pulita" e centrata. La richiestissima vaniglia ha un carattere più deciso, complice la sfaccettatura profonda che caratterizza gli accordi orientali. Parla, infatti, di seduzione, femminilità decisa, sicurezza. Un trattamento idratante o un olio vellutante arricchito degli accenti di ylang-ylang lascerà sulla pelle una scia opulenta a lunga durata, accompagnato da tratti fruttati in testa e legnosi sul fondo. Un booster di gioia che assicura un immediato effetto feel good. Corroborante e vivace, la cannella regala al corpo una dolcezza speziata: consigliatissima se stai vivendo un periodo malinconico e sei demotivato. Molto richiesta anche la nota dell'incenso, equivale a radicarsi nel qui e nell'ora, dissipando come per magia stress e pensieri negativi». Ricorda che il corpo è la tua casa. Volergli bene e soprattutto coccolarlo anche con gesti cosmetici è un modo per dirgli grazie, giorno dopo giorno.