

# Per un viso più giovane usate le fragole

L'esperto di immagine Diego Dalla Palma ci suggerisce alcuni accorgimenti per avere una pelle luminosa, sana e attenuare, quindi, i segni del tempo • Le ricette per le maschere da fare in casa

1) Il gel vitalizzante dermatologico Fospid e la crema rigenerante dermatologica per collo, décolleté e seno di Skinus, The doctor is in, sono due prodotti innovativi: il primo è a base di fosfolipidi, glucosamina e fitoestrogeni, che rendono la pelle liscia e compatta, e il secondo, che si può usare anche per il viso, contiene l'enzima Sod, fitoestrogeni e vitamina E dalla spiccata azione antietà. 2) Magnifica di Collistar è il trattamento viso demoprotettivo riparatore che combatte le rughe con un effetto "filler". 3) Argà di Nature's è la crema che contiene olio di Argan, burro di karité e olio di oliva, sostanze che combattono le rughe. 4) Bioage rivitalizzante attivo di Dermophysiologie è il trattamento riparatore viso che, grazie alla sua speciale formulazione, rende

la pelle distesa, tonica e più giovane. 5) Age Perfect, crema risostanziante per il giorno o per la notte di L'Oréal ha una speciale formulazione che rassoda la pelle ed elimina le macchie scure. 6) Risposta Perfezione de L'Erbolario è la crema effetto lifting per il viso che rende la pelle compatta e uniforme proteggendola dagli agenti esterni. 7) Sericin Complex di Sant'Angelica attenua le rughe e rende la pelle liscia come la seta grazie alla sua speciale formulazione. 8) Top C Anti-Aging Moist del R Klein attenua le macchie e le rughe, ringiovanisce la pelle e la idrata. 9) Neovianol Gf di Vichy è studiata per le donne oltre i cinquanta anni perché ristabilisce il normale tasso di acqua e di lipidi.



## I NOSTRI CONSIGLI

**P**er mantenere la pelle sempre idratata ed evitare, quindi, la comparsa prematura delle rughe, evitate di usare per il viso saponi troppo aggressivi e acqua calda.

- Per rallentare l'invecchiamento della pelle e mantenerla giovane è bene bere almeno due litri di acqua al giorno. Vanno bene anche tè e tisane.

Bevande gassate o zuccherate sono, invece, da evitare.

- Se avete la pelle del viso segnata provate ad applicare sul viso e sul collo una arancia a fette e lasciatela agire per mezz'ora.

- Anche i raggi del sole invernali sono dannosi. Stendete sempre una crema.

**M**olte donne e anche molti uomini si sottopongono a cure estenuanti nel tentativo di fermare il tempo e i segni che questo ci lascia sul viso. Ma per avere una pelle sana, luminosa e, quindi, per attenuare le rughe, è molto importante seguire alcuni semplici accorgimenti per la cura quotidiana. Quindi, oltre a pulire tutti i giorni la pelle del viso e a usare i prodotti antirughe specifici, consiglio sempre di fare una volta alla settimana uno scrub e anche una maschera antietà. Se non avete a portata di mano questi prodotti potete sempre seguire alcune mie ricette casalinghe a base di semplici ingredienti quali: semolino, yogurt, fragole, burro, spinaci, panna fresca, mezza patata.

Questi sono i suggerimenti di Diego Dalla Palma, noto esperto di immagine. Ci siamo rivolti a lui per sapere come avere un viso luminoso e dall'aspetto più giovane e gli chiediamo: «Partiamo dall'inizio: perché è importante detergere la pelle tutti i giorni accuratamente?».

«Perché per avere una pelle che non sia solo apparentemente bella ma veramente sana, la fase della detergenza è fondamentale», risponde Dalla Palma «e dimenticarsi di struccarsi prima di andare a dormire è uno degli errori più frequenti. Durante la notte, infatti, la pelle deve respirare e rigenerarsi. Tra l'altro, se la dimenticanza è ripetuta, l'invecchiamento cutaneo diventa inevitabile. Per questo consiglio di usare un detergente adatto al

proprio tipo di pelle, come troverete scritto sull'etichetta, di togliere il trucco dagli occhi con un prodotto specifico perché sono zone più delicate e usare, alla fine, anche il tonico che chiude i pori e rende la pelle più compatta. Ma per avere una pelle davvero sana e bella consiglio di usare anche semolino, yogurt, fragole, burro, spinaci, panna fresca, mezza patata».

## «Mischiare yogurt e semolino»

«In che modo?», gli chiediamo. «Potete prepararvi uno scrub naturale, per eliminare le cellule morte e anche i residui di polvere e inquinamento. Mescolate il semolino con lo yogurt fino a ottenere un impasto omogeneo. Quindi massaggiatelo delicatamente sul viso e risciacquate con tanta acqua tiepida. Invece per fare una maschera antirughe, ideale per tutte le pelli ma soprattutto per quelle mature, consiglio di schiacciare sopra

un colino due o tre fragole mature grandi. Mischiate poi il cucchiaino di succo ottenuto con del burro fuso a bagnomaria, quindi applicate sul viso e sul collo per dieci minuti e poi sciacquate con cura. Se invece la pelle del vostro viso è spenta e stanca prendete un

paio di ciuffi di spinaci freschi, tritateli, aggiungete un cucchiaino di panna fresca, mezza patata bollita e schiacciata, amalgamate bene e applicateli su viso e collo per venti minuti. Quindi sciacquate con cura usando acqua tiepida».



Diego Dalla Palma, esperto di immagine.