

(il piacere
di farti bella



donna moderna consiglia
prima di lavare i denti,
aggiungi al dentifricio due gocce
di olio essenziale di limone.
L'acido citrico contenuto nel frutto
ha un effetto sbiancante.

(segue da pagina 57)

fatti, che si formano dei piccoli segni di espressione tipici di chi tiene sempre la sigaretta in bocca. Scaduto il tempo di posa sciacqua ancora. Ogni giorno ricordati anche di fare un massaggio per risvegliare la microcircolazione sanguigna: pizzicotta delicatamente la cute del viso, stringendo la pelle tra pollice e indice. Continua così per trenta secondi e poi metti una crema rigenerante.

60 giorni per eliminare il grigio dal viso

Devono passare circa due mesi prima che l'epidermide si liberi di tutte le scorie lasciate dalle sigarette. Come abbiamo già spiegato, il fumo indurisce le pareti dei vasi sanguigni. «E questo diminuisce anche le capacità della cute di ricevere ossigeno. Meno ossigenata, la pelle diventa grigiastria e opaca» spiega Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano. «In più, sullo strato più superficiale si deposita una sottilissima fuliggine causata dalla combustione della carta e del tabacco. Questa polvere invisibile rovina la pelle, rendendola più secca e ultrasensibile». Cosa fare? Basta usare tutte le mattine, come trattamento da giorno, una crema ricca di sostanze vegetali come l'estratto di germe di grano, dal potere detossinante. Libera dalle tossine, l'epidermide riesce a respirare meglio e, quindi, a ritrovare un colorito sano e luminoso.

Per un colorito sano

Acqua Mousse Detergente Oligo 25 di Vichy (14 euro) contiene manganese, un metallo che contrasta l'indurimento dei vasi sanguigni. Così la microcircolazione migliora e il colorito del viso si illumina.



Per rinfrescare il viso

Démaquillant Tonic Express di Clarins (21,50 euro) serve per struccarsi. E tra i suoi ingredienti c'è l'estratto di moringa, un albero tropicale, dalle proprietà disinfettanti.



Per detossinare la pelle

È pensata proprio per chi sta in ambienti fumosi Hydra Detox2 di Biotherm (43,50 euro), una crema ricca di estratto di germe di grano dal potere detossinante.



Per allentare la tensione

Si versa nella vasca Marine Energy di Opsiderm (21 euro). E, grazie alle alghe, aiuta a sciogliere i ristagni di liquidi causati dalla cattiva circolazione. Mentre il rosmarino rilassa e tonifica.

