

OTTOBRE 2021 - N. 10

Ispira il tuo benessere

# Starbene

2,00 €

**PANCIA  
ADDIO  
IN SOLI  
10 GIORNI**

Il programma  
per lei e per lui  
da cominciare  
subito

**MAL DI  
SCHIENA**  
LE FOTO E IL VIDEO  
DELLA GYM  
DA FARE A CASA

**8**

**LENTI HI-TECH  
PER VEDERE  
ANCORA  
MEGLIO**

**LE NOVITÀ  
SUL... TOP  
DEL PIACERE**

**TRASFORMA  
IL GARAGE  
IN UNA FITNESS  
ROOM**

**Nuove abitudini  
antispreco che  
fanno bene a te  
e all'ambiente**



Stile Italia Edizioni

# HAI FATTO IL CAMBIO DI STAGIONE?

A fine estate, la pelle appare un po' provata: ispessita, disidratata, segnata da sottili microrughe e con qualche spot marrone qua e là. Ecco un programma-lampo per restituirle tutto il suo splendore e rinforzare le sue naturali difese in vista dei primi freddi

di Rossella Briganti

**La vacanze sono già un ricordo ma la l'estate ha lasciato la sua firma: pelle spenta e opaca,** con lo strato corneo ispessito per difendersi dagli UV e l'aumento di rughe dovute alla disidratazione. Il sole, infatti, non solo prosciuga le riserve idriche dell'epidermide ma inibisce anche la formazione di collagene, oltre a disegnare delle macchioline. Il cambio di stagione, poi, non aiuta. Le variazioni di luce e temperatura che annunciano l'autunno impongono all'organismo un "reset" ormonale che si riflette sulla pelle. E che dire dello stress del lavoro e della riapertura delle scuole, della vita al chiuso degli uffici o in mezzo al traffico? Tempo due mesi, riacquisti un colorito grigio-smog, tra brufolotti di ritorno e impurità tipiche di ogni cambio di stagione. Ma ecco come attenuare i segni del photoaging e preparare la pelle ad affrontare le sfide dell'autunno.

## Refresh your skin!

Primo obiettivo: "togliere il cappotto" alla pelle, assottigliare lo strato corneo ispessito per recuperare, via via, diversi gradi di luminosità. Via libera,

quindi, a gommage da massaggiare sul viso due volte alla settimana per rimuovere il tappeto di cheratinociti, le cellule morte che offuscano il tuo incarnato. Negli istituti di bellezza Dibi, c'è un trattamento indicato in questa stagione di passaggio. Si chiama Acid Infusion ed è un peeling chimico che esfolia la pelle del viso grazie a un cocktail di sostanze acide. «Prima viene passata una soluzione a base di acido piruvico (estratto dal fiore dell'ibisco) e allantoina», spiega Paola Pelocchi, beauty trainer Dibi a Bergamo. «Poi si applica una maschera con acido glicirretico (dalla liquerizia) e alfabisabololo (dalla camomilla). Il primo è un antinfiammatorio che riequilibra il pH cutaneo, mentre il secondo ha un'azione lenitiva e idrorestitutiva. Seguono altri tre passaggi di acidi, combinati ad antiossidanti naturali: acido fitico e retinolo e, infine, acido ellagico (un polifenolo del melograno) e vitamina C, per un effetto illuminante immediato». Gli stessi acidi dall'azione cheratolitica formano la linea domiciliare Acid Infusion: creme e fiale assicurano un "coup d'éclat".



## LA MASCHERA "MIRACOLOSA"

Rassoda l'ovale del viso sfruttando l'azione del freddo. È Cryo-Recovery Face Mask di Charlotte Tilbury. Va messa nel freezer mezz'ora e si applica sul volto 10 minuti. Le microsfere esercitano la digitopressione (63 €, [charlottetilbury.com](http://charlottetilbury.com)).





---

**In autunno, quando  
subentrano nuovi ritmi,  
la nostra pelle diventa  
specchio fedele di ogni  
piccolo-grande stress**

---

**Macchie: il cancellino magico**

Se l'esposizione prolungata al sole ti ha "regalato" discromie e macchie color caffè (sotto forma di lentigo solari o di melasma), l'unica soluzione è affidarsi alle tecnologie laser. «Un nuovo laser dal nome complicato (Picosure Focus Lens Array) sgratola gli accumuli di melanina, frantumandola in tante "briciole" che poi vengono smaltite dai macrofagi», spiega il dottor Giovanni Luca Lecciso, chirurgo plastico presso Laser Clinic di Milano. «Gli spot luminosi, della lunghezza d'onda di 755 nm, hanno un tempo di emissione brevissimo, misurato in picosecondi (millesimi di nanosecondi), mentre una lente interna al laser, chiamata focus, concentra l'energia luminosa. Grazie alla brevità degli impulsi, il danno termico viene limitato alle macchie da cancellare e i tempi di recupero sono rapidi: solo un rossore che scompare in 8-12 ore». Per evitare ipercromie, programma la seduta a fine ottobre.

**È ora di una biorivitalizzazione**

Per riparare i danni di sole, fumo, smog e diete povere di minerali e vitamine, punta sulla biorivitalizzazione intensiva, che ristrutturata la trama cutanea in profondità. «Con un ago sottilissimo, su viso e collo vengono fatte 15-20 microiniezioni di Redensity 1, il top dei rivitalizzanti prodotto dalla casa svizzera Teoxane», suggerisce il professor Giuseppe Sito, chirurgo plastico ed estetico a Napoli, Torino e Milano. «Apporta tutto quello di cui la cute ha bisogno per rigenerarsi: acido ialuronico libero (non crosslinkato), glutatone che rappresenta il più potente antiossidante naturale, →

→ acido alfa-lipoico, vitamina B6, zinco, rame e un mix di 8 aminoacidi che la pelle utilizza come materia prima per tessere le fibre elastiche. Il protocollo di tre sedute dà ottimi risultati: attenua le rughe e migliora il tono cutaneo». Uno studio pubblicato nel 2017 sulla rivista *Aesthetic Medicine* dimostra che Redensity 1 provoca l'aumento di collagene IV nella giunzione dermo-epidermica, l'incremento di acido ialuronico, di papille dermiche e di fibrina (la proteina che dona elasticità), nonché una riduzione della malondialdeide, il marker dello stress ossidativo.

#### Acne addio con il nuovo laser

La novità? Un laser specifico per eliminare l'acne comedonica (la più diffusa patologia giovanile), papulo-pustolosa o nodulo-cistica. «Accure è il nome del laser nato dalle ricerche di Richard Rox Anderson, professore ad Harvard e direttore del laboratorio di fotomedicina del Massachusetts General Hospital di Boston, e realizzato grazie alla

### Quando entrano in gioco gli ormoni, e in più cambia il tempo, rifioriscono brufolotti e impurità. Cancellali con il laser

tecnologia italiana, con deposito di 14 brevetti», esordisce il dottor Domenico Carella, dermatologo a Palermo. «Si tratta di una camera termica a infrarossi, studiata per il trattamento esclusivo dell'acne attiva, a differenza di altri laser che sono indicati per trattare numerose lesioni cutanee. La lunghezza d'onda di 1726 nm colpisce solo le ghiandole sebacee, realizzando una "fototermolisi selettiva": disattiva le ghiandole che producono sebo, causa di brufolotti, pustole e comedoni». L'azione termica di Accure prevede l'emissione di spot che arrivano a 45°C. Per questo è meglio fare l'anestesia locale.

#### Décolleté al top con il microbotox

Che cos'è che conferisce alla pelle un aspetto avvizzito? Il reticolo di micro-rughe, specie nel décolleté. La soluzione rapida e indolore è data dalla tecnica del microbotox, tossina botulinica di tipo A che raggiunge una diluizione quasi omeopatica. Viene infatti diluita in soluzione fisiologica in maniera molto superiore a quella normalmente usata per spianare le rughe. «Con un ago ultrasottile si inietta il microbotox a ventaglio, dal solco intermammario verso le spalle», spiega Sito. «Lo scopo è inibire le contrazioni muscolari involontarie del pellicciai, quei muscoli piatti, lunghi e sottili disposti tra il seno e le clavicole, che hanno delle diramazioni nervose superficiali chiamate fibre miocutanee (responsabili dell'erezione del pelo, nella "pelle d'oca"). Rilassando queste fibrille nervose, si distendono le rughetta di tutto il décolleté e si stimola la formazione di nuovo collagene».

#### BAGNO D'IDRATAZIONE

Hydra Cream della Linea Sacred Nature di Comfort Zone apporta antiossidanti biofermentati e gemme di cedro giapponese (50 ml, 72 €, [comfortzoneskin.com](http://comfortzoneskin.com)).



#### IL SIERO ILLUMINANTE

Peptidi biomimetici si fondono con fitoattivi tesi a schiarire le macchie: vitamina C, glabridrina, estratto di achillea e di Cystoseira. È Skin Unify Intensive, il nuovo siero di Filorga (30 ml, 65 €, [filorga.com](http://filorga.com)).

PER IL VISO



#### LA CREMA DA NOTTE

Per la beauty routine serale, una crema ricca pronta a combattere discromie e tono non uniforme. È la formula riparatrice-schiarente della linea Lumissima, firmata da Irena Eris (50 ml, 58 €, [drienaeris.com](http://drienaeris.com)).



#### IL POTERE DELLE VITAMINE

Hyalu B5 di La Roche-Posay è un siero intensivo anti-età: rimpolpa e ripara la pelle del viso grazie all'acido ialuronico puro, associato alla vitamina B5 (30ml, 42 €, [larocheposay.it](http://larocheposay.it)).



#### LE MASCHERE MONOUSO

Hydragenist è un maschera idratante e rimpolpante, Sébologie è una maschera-scrub per la pulizia profonda delle pelli grasse. Sono i rituali one shot di Lierac (6 ml, 3,90 €, [lierac.it](http://lierac.it)).