

contrastare cedimenti e rughe, nella tua crema e nel tuo siero non può mancare il Q10, un vero e proprio antietà versatile: migliora l'attività cellulare, rafforza lo scudo antiossidante (soprattutto per combattere il fotoinvecchiamento), è antinfiammatorio e, stimolando la proliferazione dei GAG (glicosaminoglicani), aumenta persino la densità della pelle.

PROVA L'EFFETTO FILLER SENZA PUNTURE

Sono già da tempo tra i campioni della skincare, ma ora i cosmetici "soft surgery", cioè che simulano i risultati della medicina estetica, stanno vivendo un vero e proprio boom. Sia l'effetto rimpolpante sia quello tensore sono assicurati da diverse molecole, i penta-peptidi biomimetici. «Sono piccole molecole proteiche e ognuno ha una sua specialità: c'è quello che agisce da lifting (acetyl hexapeptide-3), un altro che, stimolando il collagene, ha

un'azione filler immediata (carnosina)» spiega Celleno. In pratica, se vuoi distendere le rughe sottili e ottenere una specie di lifting istantaneo, scegli le formule botox like, perfette anche per prolungare le punturine della tossina botulinica. Se vuoi levigare, stimolare il ricambio cellulare e "allenare" la pelle in vista di un peeling medico, ci sono le formule esfolianti con acido glicolico o salicilico. Per rimpolpare e attenuare rughe profonde, infine, ecco i filler-like con acido ialuronico a diversi pesi molecolari per agire a tutti i livelli epidermici. Non solo le formule, però: anche i pack si aggiornano: dalle fialette monodose concentrate alle boccette con applicatore a siringa per raggiungere il bersaglio ruga con precisione fino ai flaconi con aghetti per ricreare un vero e proprio microneedling fai-da-te. Insomma, il medico estetico può attendere.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

1. Le microsfele di collagene di Age Absolu Siero Micro-Ridensificante di **Uriage** (53,90 euro, in farmacia) hanno un effetto rimpolpante.
2. Dermabsolu Crema Giorno Ridensificante di **EAU Thermale Avène** (52,90 euro, in farmacia) riempie i volumi e illumina il viso.
3. Per aggiungere compattezza e luminosità alla pelle c'è Crema Idratante Lenitiva di **Royal Beauty** (29,90 euro) con acido ialuronico a tre diversi pesi molecolari.
4. Il film protettivo che crea Age Active Fluid SPF 50 di **Heliocare** (27 euro, in farmacia) è insieme fotoprotettore e antiage.
5. Formula bio con 4 oli vegetali, Nuxuriance Gold L'Huile en Sérum di **Nuxe** (76,90 euro) dalla texture sensoriale e ultra-confortevole.
6. Ispirato alla neurocosmesi, Sérénité Le Baume Relaxant & Lissant di **Neuraé** (130 euro) leviga le linee del viso mentre infonde una sensazione di benessere e calma.

GETTY IMAGES



Occhio al microbioma, il bodyguard della pelle

CON I SUOI MILIARDI DI BATTERI BUONI che vivono sulla superficie della tua pelle, il microbioma cutaneo protegge dall'invecchiamento e delle aggressioni esterne preservando la funzione barriera, tenendo sotto controllo le infiammazioni e liberando proteine antiossidanti. Il suo benessere dipende in parte da quello intestinale, perciò è importante una dieta ricca di prebiotici e probiotici (frutta e verdura fresche di stagione e cibi fermentati, come il kefir). Ma la microflora della pelle ha anche una vita "autonoma" e una composizione specifica. «Aiutala con una skincare a base di formule "microbioma friendly", come quelle fermentate o ricche di post-biotici, probiotici e prebiotici» spiega la dermatologa Corinna Righini.

