



J.E. FISCHER / PICTURE PRESS / VAN KASTEEL

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

095256

IL PIACERE *di farti bella*di Laura D'Orsi  
still life di Luca Donato

## Tu ce l'hai il

## V-shape?

Quella linea immaginaria, che parte dal mento e arriva alle tempie disegnando un triangolo, la vorremmo tutte, per sempre, senza bisturi. Oggi, per chi ha superato i 40 anni, c'è una buona notizia: conservare la magica V si può. Vi sveliamo come

Con il tempo il viso non acquista solo le rughe, perde anche la forma precisa del suo contorno, il cosiddetto V-shape. È quella linea a V disegnata da due rette immaginarie che dal mento arrivano alle tempie. Contrastarne il cedimento è l'ultima tendenza beauty, che arriva dagli Stati Uniti. Come si fa? Con i cosmetici specifici che "tirano su", con la ginnastica per il viso e con i massaggi. Ecco, zona per zona, i trattamenti più efficaci per risollevare i contorni.

**Tonifica il contorno occhi**

Sottilissima, con pochi e piccoli muscoli che lavorano senza sosta, praticamente priva di ghiandole sebacee: questa è la zona del contorno occhi. In una parola, delicatissima. Il risultato, con il passare del tempo, è che le palpebre superiori tendono a crollare e le inferiori a trasformarsi in borse e occhiaie già al minimo segno di stanchezza.

**IL TRATTAMENTO** Per tonificare questa zona ci vuole un siero specifico effetto lifting. «Si tratta di specialità che contengono sostanze, come i peptidi, in grado di distendere e risollevare subito la pelle» spiega la dermatologa **Magda Belmontesi**. «Inoltre sono ricche di ingredienti che rinforzano la trama cutanea, come la vitamina E, oppure amminoacidi, come l'arginina». Se sono presenti anche gonfiori, alterna il cosmetico liftante con un prodotto drenante. Stendi le creme con un massaggio delicato, iniziando dall'arcata sopraccigliare, dall'interno

verso l'esterno, e prosegui con lo stesso movimento nella zona inferiore.

**LA GINNASTICA** Per uno sguardo più giovane devi mantenere in esercizio i muscoli della zona. Fai ruotare gli occhi in senso orario e antiorario, tenendo la testa ben ferma. Girali a destra e sinistra, poi in alto e in basso ripetendo 10 volte ciascun movimento. Poi, solleva le sopracciglia più che puoi e, con le dita sopra l'arcata, cerca di opporre resistenza.

**IL CONSIGLIO IN PIÙ** Tonifica all'istante il contorno occhi sfruttando il freddo. Puoi utilizzare un impacco specifico da tenere in freezer oppure dei cubetti ghiacciati di acqua di rose. La sera, prima di andare a letto, mangia una fetta di ananas per drenare i liquidi e dormi con collo e testa allineati, ma leggermente rialzati rispetto al corpo.

**Solleva gli zigomi**

Chi ha gli zigomi naturalmente alti e pronunciati guadagna qualche anno in più, perché la pelle, in questa zona, si appoggia sull'osso e riesce ad ancorarsi meglio. Ma non si tratta solo di questo. «Alcuni studi hanno dimostrato che conta moltissimo anche lo strato di adipe sottocutaneo» spiega la dermatologa. «È come se

(segue a pagina 90)

**donna moderna  
consiglia**

anche il make up aiuta a risollevare il viso. Il doppio mento si nasconde con un fondotinta più scuro di quello usato per il viso e cipria chiara. Gli zigomi si scolpiscono creando un'ombra scura subito sotto e usando un blush rosato.

## IL PIACERE *di farti bella*

(segue da pagina 89)

il nostro viso fosse un puzzle tridimensionale, dove il grasso riempie singole aree. Con il passare del tempo si assottiglia e i tessuti cedono».

**IL TRATTAMENTO** Per contrastare lo svuotamento degli zigomi, i cosmetici più efficaci sono a base di collagene, una proteina che dà sostegno immediato alla pelle, e di sostanze che ne stimolano la produzione, come l'acido lipoico. Anche l'acido ialuronico è utilissimo, perché ha la capacità di trattenere molta acqua, fino a dieci volte il suo peso, e dà turgore ai tessuti. Per rendere più efficace il trattamento ridensificante, applica le specialità con massaggi circolari, insistendo nelle zone più svuotate.

**LA GINNASTICA** Per mantenere tonica la pelle di zigomi e guance, l'esercizio più semplice è pronunciare in modo molto accentuato le cinque vocali. L'effetto si rafforza se inserisci negli an-

goli della bocca la punta degli indici, tirandoli verso l'esterno, e opponi resistenza cercando di chiudere la bocca. Poi pronuncia un'ampia O facendo aderire il labbro superiore ai denti.

**IL CONSIGLIO IN PIÙ** Scrub e maschera rassodante: ecco il trattamento che non devi farti mancare almeno una volta alla settimana. «Lo scrub stimola la produzione di collagene ed elastina. Inoltre aiuta i tessuti a ossigenarsi e a restare più tonici» dice l'esperta. Tra le maschere effetto lifting scegli quelle a base di estratti vegetali come ginkgo ed equiseto o di complessi marini, ricchi di sostanze che rinforzano la pelle.

### **\_Sostieni l'ovale**

Avere la mandibola larga e pronunciata è garanzia di maggiore sostegno per la pelle nella parte bassa del viso. Ma sotto il mento, la pelle non ha punti di ancoraggio e lo scivolamento verso il basso è inevitabile per tutte. «Soprattutto quando si ha qualche chilo in più, perché il grasso tende ad accumularsi proprio in questa zona» spiega la dermatologa.

**IL TRATTAMENTO** Per tonificare la parte, applica una crema effetto lifting a base di polimeri tensori, molecole molto lunghe che, quando si trovano sulla superficie cutanea e a contatto con l'aria, formano una sorta di reticolo in grado di sostenere i tessuti. Dopo averla stesa, unisci le mani come a formare una coppa, appoggia i palmi sul mento e, spingendo leggermente la pelle del collo verso il basso, scendi fino al décolleté. Se hai un po' di doppio mento perché sei in sovrappeso, puoi applicare anche un prodotto riducente specifico per quest'area a base di principi vegetali che riducono il volume delle cellule adipose.

**LA GINNASTICA** Intreccia tra loro le mani, appoggia i pollici sotto il mento e spingi verso l'alto. Allo stesso tempo, premi la lingua contro il palato e mantieni la posizione per qualche secondo. Muovi più volte la testa avanti e indietro lentamente e quando il collo è ben rilassato, guarda il soffitto. Porta il labbro inferiore su quello superiore, come per coprirlo.

**IL CONSIGLIO IN PIÙ** Prepara un decotto tonificante, facendo bollire, per 10 minuti, 10 grammi di quercia marina secca e 10 di fiori di lavanda in una tazza di acqua. Lascia raffreddare, imbevi una garza con il liquido e tampona per alcuni minuti il mento e il contorno della mandibola. Aiuta a snellire e a rassodare.



- \_1 Neovadiol Gf di Vichy (33 euro) è un trattamento completo: ridefinisce l'ovale e riempie gli zigomi.**
- \_2 Revitalift Doppio Lifting di L'Oréal (13,30 euro) contiene due prodotti: un gel effetto lifting e una crema anti rughe.**
- \_3 Age Saver Repulp di Deborah (14 euro) è un siero concentrato per il contorno occhi e gli zigomi.**
- \_4 Collagenist V-Lift di Helena Rubinstein (95 euro) è il trattamento mirato per il V-shape.**
- \_5 Rénergie Lift Volumetry di Lancôme (105 euro) ha un effetto lifting e rimodellante.**
- \_6 Concentré Zone Regard di Clarins (60 euro) solleva il contorno occhi e attenua le borse.**
- \_7 Correct Rughe di Clinians (11,19 euro) è un filler a base di acido ialuronico che "solleva" le rughe.**
- \_8 Cohérence Lir di Lierac (69 euro) contiene tormalina e ridefinisce i contorni.**
- \_9 Complete Lift Roll-on Liftant di Roc (36 euro) permette un massaggio effetto lifting.**