BenEssere

La salute con l'anima

mensile | anno XXXIV | n. 9 | settembre 2022 | € 2,90 (Italia) – www.lasaluteconlanima.it

Cuore
Quei batteri minacciosi

Vitamina D
I licheni artici ci sollevano

In coppia
Il dolore cronico che mina l'amore

Autismo
Una scoperta che può avvenire anche da adulti

Centri di eccellenza
Azienda ospedaliera di Mantova

Psicologia
A scuola dagli asini

Ischia
Al Festival della vita

Mia Canestrini
«Ho imparato tanto dai miei amici lupi»

TRE RICETTE GUSTOSE A BASE DI TOFU

Ormoni

Sono gli interruttori del nostro benessere: che cosa succede se si spengono?

SAN PAOLO

In edicola dal 18/08/2022 - POSTE ITALIANE SPA - S.A.P. - D.L. 353/2003-L.27/02/04 N.46 - a.1 c.1 DCB/CN - Austria € 6,50 - Germania € 6,50 - Belgio € 6,00 - Portogallo € 5,50 - Spagna € 5,50 - Svizzera Italiana CH CT Chf 6,30

Riposiamo lo sguardo

di **Paola Rinaldi**

Il contorno occhi è una delle zone più sottili e sensibili del corpo. Occorrono cosmetici adeguati per prendersene cura

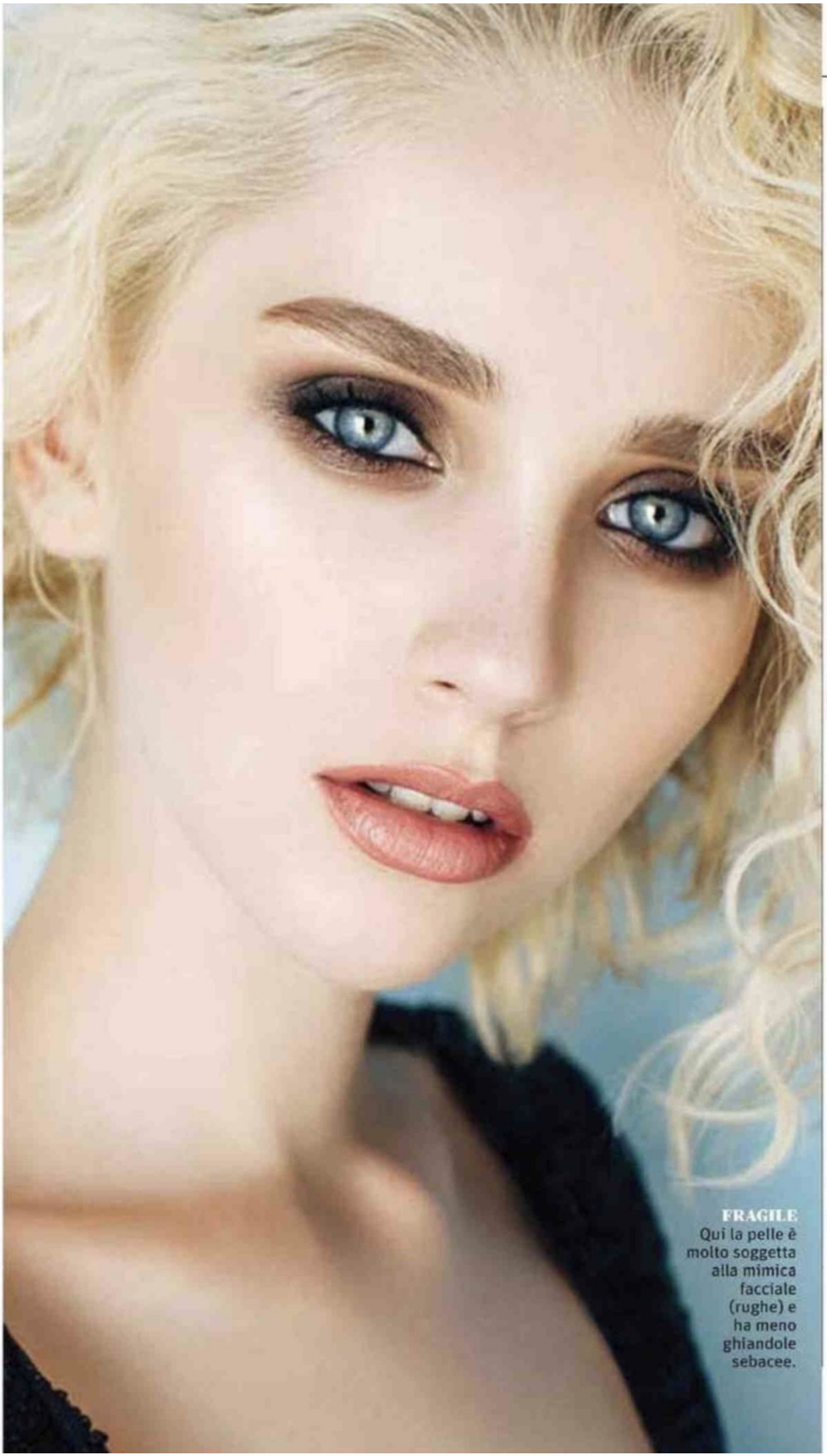
Una canzone degli anni Settanta si intitolava *Piccola e fragile*. Due aggettivi che descrivono alla perfezione la zona perioculare: se nel resto del viso lo spessore della pelle è di circa un millimetro, intorno agli occhi si assottiglia notevolmente, raggiungendo gli 0,04 millimetri. Un velo delicato su cui gravano almeno ventuno espressioni facciali, dalla rabbia alla felicità, dalla sorpresa al disgusto, predisponendo questa zona a invecchiare con più rapidità rispetto ad altre aree cutanee. Tra l'altro, alla mimica di ogni giorno, si sommano anche le caratteristiche anatomiche di questa zona, tra cui la minore presenza di ghiandole sebacee e una circolazione sanguigna rallentata, che comportano disidratazione, sensibilità agli agenti esterni e problematiche di drenaggio dei liquidi.

Così, iniziano a comparire borse, occhiaie e rughe di espressione, che rendono lo sguardo stanco e spento. Per correre ai ripari o (meglio ancora) giocare d'anticipo, è fondamentale seguire una corretta routine quotidiana grazie a prodotti specifici e mirati. Creme o gel vanno applicati dall'interno verso l'esterno, picchiettando i prodotti con estrema delicatezza per favorire il drenaggio dei liquidi, sgonfiare i ristagni e illuminare lo sguardo: alcuni sono dotati di un applicatore in metallo per un tocco rinfrescante, che possiamo ottenere anche con i rulli in pietra di giada o di quarzo.

Idratati da dentro

Le occhiaie sono uno dei primi segni di disidratazione e adesso c'è una borraccia riutilizzabile che fa venir voglia di bere: **air up** sfrutta dei pod aromatici – disponibili in 25 sapori – da montare sul boccaglio, che stimolano il gusto solo attraverso il naso. Bevendo, passa un flusso d'aria che si aromatizza e stimola le cellule olfattive retronasali, rendendo l'acqua "saporita" senza aggiungere zuccheri, additivi o coloranti. **Prezzo consigliato euro 39,95 (inclusi 2 pod).**

Creme e gel vanno applicati dall'interno verso l'esterno, picchiettati con delicatezza



FRAGILE
Qui la pelle è molto soggetta alla mimica facciale (rughe) e ha meno ghiandole sebacee.

MÁDARA COSMETICS
TIME MIRACLE HYDRA-GEL EYE PATCHES
Ad azione istantanea, tonifica e idrata in profondità per un aspetto subito più levigato.
Formato da 3 set. Prezzo consigliato euro 20.

GARNIER
SKINACTIVE HYDRA BOMB
Patch occhi effetto ghiaccio per sgonfiare le borse e ridurre la visibilità delle occhiaie.
Formato monouso. Prezzo consigliato euro 2,50.

L'ORÉAL PARIS
REVITALIFT FILLER [+ACIDO IALURONICO] MASCHERA-SIERO CONTORNO OCCHI
Con il tessuto in alginato, effetto ghiaccio a -5° C.
Formato monouso. Prezzo consigliato euro 3,99.

KOR
PAT
Una
cont
spen
fresc
Form
da 2
cons

BOTTEGA VERDE
CONTORNO OCCHI PREVENZIONE E TRATTAMENTO RUGHE
Agisce sulle rughe, combatte il fotoaging e lo stress ossidativo.
Formato da 15 ml. Prezzo consigliato euro 14,49.

YVES ROCHER - ROLL-ON OCCHI ILLUMINANTE ANTI-FATICA
Il contorno degli occhi è subito idratato, luminoso, disteso e protetto dall'inquinamento.
Formato da 15 ml. Prezzo consigliato euro 24,95.

ANNE MÖLLER
BLOCKÄGE BLUE L-EYE DEFENDER CREAM
Oltre alle borse, si attenuano anche i cerchi scuri e lo sguardo appare subito più giovane.
Formato da 15 ml. Prezzo consigliato euro 29.

BIO
DEF
ANT
Atte
e seg
le pa
e rid
Form
cons

COLLISTAR
CONTORNO OCCHI ANTI-RUGHE LEVIGANTE
Riduce le rughe e le linee sottili, levigando l'area perioculare per uno sguardo più giovane.
Formato da 15 ml. Prezzo consigliato euro 50.

DIBI MILANO
CONTORNO OCCHI E LABBRA RIEMPIMENTO SUBLIME
Arricchito in attivi, decongestiona e riduce borse e segni di stanchezza.
Formato da 15 ml. Prezzo consigliato euro 67.

SEPHORA COLLECTION
MASCHERA OCCHI CAFFEINA
Con caffeina estratta da chicchi di caffè verde, è perfetta per risvegliare gli occhi stanchi.
Formato monouso. Prezzo consigliato euro 3,99.

EST
ADV
REP
SUP
GEL
Neut
e rin
Form
cons