



# COSMESI

## aloe gel

In questa pagina parleremo di :

**La pianta di aloe**

**L'aloe e gli zuccheri complessi**

**L'aloe combatte l'invecchiamento cutaneo**

**L'aloe come medicina alternativa**



### **La pianta di aloe**

Ci sono molte piante che hanno proprietà curative e benefiche. Tra queste, una delle più apprezzate per le sue proprietà terapeutiche è l'aloe vera. Questa pianta cresce essenzialmente negli ambienti caldi e secchi. Raggiunge circa un metro di altezza, e si presenta come una sorta di arbusto. Infatti le sue foglie larghe lunghe e carnose, affondano direttamente nel terreno. Le foglie di aloe sono molto grosse, arrivano ad una grandezza di sessanta centimetri e sono spinose ai lati. I fiori invece, nascono al centro delle foglie e presentano due diverse colorazioni, giallo o rosso. Questa pianta è coltivata in numerose zone del mondo. Attualmente la Spagna detiene il primato della sua coltivazione, insieme allo stato d'Israele e alla Grecia. Da un po' di tempo a questa parte la coltivazione si sta diffondendo anche in America, in Australia, in Africa. In Italia, questa pianta non era molto conosciuta fino a poco tempo fa. Oggi giorno invece, riscontra un grandissimo successo soprattutto in Italia meridionale, dove anche il clima maggiormente caldo rispetto a quello del nord, favorisce la coltivazione di questa pianta. Le foglie della pianta di aloe, contengono una sostanza gelatinosa che ha potenzialità plurime per il benessere del corpo. Questo gel, è oggi utilizzatissimo, proprio per queste sue caratteristiche benefiche. Le proprietà di questa pianta, erano già conosciute moltissimo tempo fa. Ci sono rinvenute moltissime testimonianze scritte dell'uso di questo gel di aloe vera da parte di numerosi popoli, tra cui gli Assiri. Questi ultimi, furono con molta probabilità i primi a scoprire i benefici di questa pianta. Scrissero infatti su tavolette d'argilla, la descrizione delle foglie stesse ed in più l'uso che loro stessi ne facevano. Solo nella metà del novecento circa, la pianta di aloe, ha assunto la sua reale importanza, diffondendosi sul mercato velocemente, dove veniva utilizzata per numerosi prodotti di origine cosmetica. Solo con il tempo di questa pianta sono stati scoperti i numerosi benefici. Inizialmente si sapeva solo che il gel di aloe vera veniva utilizzato nel trattamento delle scottature e delle ustioni lievi. Le proprietà di questa pianta dipendono dalla presenza in essa di alcuni zuccheri complessi, che si trovano nella foglia di aloe e nella buccia della foglia. Il gel contenuto nella foglia di aloe vera inoltre, contiene tantissime vitamine, sali minerali, aminoacidi, fosfolipidi, enzimi. Tutti questi elementi rendono questa pianta utilissima al benessere del corpo. L'aloe infatti svolge diverse funzioni: E' usato come antiinfiammatorio, infatti riduce i processi di infiammazione, o elimina questi. E' un antipiretico, infatti per questa ragione è utilizzato per combattere le scottature, le ustioni lievi, o anche per la febbre perché garantisce una dolce frescura. E' rigenerante, poiché favorisce la crescita delle cellule vive e nuove che vanno a sostituire quelle morte. Ha inoltre proprietà cicatrizzanti, in quanto, in caso di ferite lievi, il gel di aloe vera stimola la chiusura della ferita, favorendo la crescita di un nuovo strato epiteliale. E' molto usato come analgesico e come antidolorifico. Il gel infatti ha buone proprietà antidolorifiche. Essendo poi parecchio umido e liquido, questo

gel, massaggiato sulla pelle, dona a questa una sensazione di freschezza e di sollievo. Inoltre il gel di aloe risulta essere particolarmente idratante, dunque è anche molto indicato per chi soffre di problematiche come la secchezza della pelle. L'aloè, inoltre combatte la presenza di funghi, batteri e virus. Infatti nel suo uso topico, è conosciuta come fungicida, batteriostatica e virostatica. Inoltre, frena l'afflusso di sangue in caso di ferite. Il gel di aloe vera combatte anche le condizioni pruriginose della pelle, ha proprietà disintossicanti e addirittura antitumorali.

## L'aloè e gli zuccheri complessi

È una pianta dall'utilità unica, che infatti proprio per le motivazioni sopra elencate, combatte una serie di problematiche o quantomeno le previene. L'aloè vera contiene al suo interno degli zuccheri complessi, ovvero i polisaccaridi che apportano all'organismo degli ottimi benefici. I polisaccaridi tendono a proteggere le pareti dello stomaco e dell'intestino, quindi possono essere considerati dei gastro protettori. Oltre a questa caratteristica, questi zuccheri, tendono a rendere la pelle sempre umida in quanto trattengono l'acqua nei tessuti epiteliali. Per questa ragione il gel di aloe possiede proprietà idratanti. I polisaccaridi hanno inoltre una grandissima influenza sulle difese immunitarie. Queste tendono ad aumentare e a fortificarsi notevolmente grazie alla presenza di questi zuccheri complessi. Molti studi e test condotti da diversi medici, hanno portato a



poter affermare che l'aloè gel ha ottime capacità di prevenire l'invecchiamento della pelle. La nostra epidermide infatti possiede i cosiddetti fibroblasti che altro non sono che cellule che producono collagene. Il collagene a sua volta gioca un ruolo fondamentale per quanto concerne la formazione delle rughe. Infatti, se questo si presenta in quantità minime, le rughe tenderanno a presentarsi più numerose e più in fretta. Maggiore è la quantità di collagene prodotta dai fibroblasti, minore è la possibilità di veder comparire rughe antiestetiche sulla propria pelle. Sempre i polisaccaridi contenuti nel gel di aloe vera, stimolano la produzione di fibroblasti e di collagene. Per questo motivo, i prodotti anti age, contengono quantità abbondanti di aloe vera, che apporta questi effetti benefici.



## L'aloè combatte l'invecchiamento cutaneo

Essendo un umettante, il gel di aloe non viene usato solo per prevenire e curare le rughe del viso, ma anche per combattere i fenomeni di secchezza della pelle o le macchie solari. I polisaccaridi infatti contengono degli agenti che tendono a stimolare la produzione cellulare, favorendo così il rinnovo delle cellule. La pelle, non solo tenderà a non macchiarsi troppo, ma si presenterà liscia e luminosa e visibilmente più ringiovanita. Ad una certa età infatti, è anche normale la comparsa sulle mani di piccole macchie scure, terribilmente antiestetiche. Prima delle rughe, queste macchie sono la firma dell'inizio della vecchiaia. Per combatterle velocemente e senza troppi sforzi, basta applicare costantemente del gel di aloe vera. Le mani oltre che chiare a livello epidermico,

risulteranno essere anche vellutate e morbide da accarezzare. Il gel di aloe vera, proprio per le ragioni sopra citate, viene utilizzato anche come filtro per il sole. Sono proprio i raggi UV a danneggiare maggiormente l'epidermide, provocando arrossamenti, screpolature, secchezza e macchie. Prima di una lunga esposizione al sole, è sempre consigliabile applicare una protezione che contenga gel di aloe vera. Questo crea una solida barriera con i raggi solari, permettendo a questi di non penetrare a fondo nella pelle. L'aloe vera, come sottolineato sopra, ha il potere di guarire le ferite. Questo perché stimola la crescita delle cellule nuove. E' considerata infatti un potente rigenerante. Oltre a questo, l'aloe rafforza anche le ossa e lo scheletro tutto: questo accade perché questa pianta ha la potenzialità di stimolare l'assorbimento di due minerali importanti per la fortificazione della struttura ossea che sono il calcio e il fosforo. Un'altra preziosa proprietà di questa pianta sta nell'essere un potente antibiotico e antiinfiammatorio. L'aloe vera, viene utilizzata in tutti i trattamenti micotici della pelle, nelle infezioni di questa, per combattere la contrazione di funghi, di batteri, di virus.

## L'aloe come medicina alternativa

E' parecchio diffusa nei prodotti di cosmesi per la sua capacità di combattere l'insorgenza di brufoli e comedoni. L'acne infatti, è una problematica parecchio seria, che affligge in modo particolare i giovani di età compresa tra i sedici e i trent'anni circa. L'acne è terribilmente antiestetica, anche perché è visibile e poco camuffabile. Per queste ragioni molto spesso, a causa di questa problematica ci si chiude in se stessi. L'aloe è la soluzione naturale migliore per combattere i brufoli. Il gel infatti ha un'azione purificante ed astringente. Applicato direttamente sulla parte interessata, tende a favorire la scomparsa dei comedoni e rimargina poi la ferita senza



lasciare cicatrici. E' inoltre assai utilizzato come antidolorifico, quindi anche per i muscoli. Strappi, distorsioni, contusioni, lesioni di vario genere, possono essere combattute grazie all'applicazione di questo gel dalle proprietà plurime e benefiche. L'aloe vera può essere utilizzata per uso topico, ma la stessa foglia, una volta frullata, può essere bevuta come fosse un frullato. Ovviamente, non avrà un sapore dolce, al contrario. L'aloe è parecchio aspra, quindi per molti imbevibile. Vero è però che le sue proprietà sono tantissime, come tutti i suoi effetti benefici. L'aloe garantisce una salute di ferro, dunque, oltre che usarla topicamente, sarebbe bene ingerirla, anche se con un po' di sacrificio.

La medicina tradizionale non è ancora stata sostituita dalla medicina naturale. Questo perché, delle piante in generale, non sono state comprese tutte le loro proprietà. Non si sa ancora fino a che punto una pianta possa agire sulla guarigione o sulla prevenzione di malattie di ogni genere. La sostituzione non è ancora avvenuta, perché è pesante e grande il contributo che la medicina classica apporta all'organismo in caso di malattia. E' anche vero però che le cure tradizionali, se prolungate, possono apportare dei notevoli scompensi all'organismo. Questo fatto, ha spinto e sta tutt'ora spingendo ad accettare la medicina naturale e alternativa a quella classica, come fondamentale. Le piante, in particolare l'aloe vera non comporta effetti collaterali. Inoltre agisce sul problema reale, non in maniera blanda, ma in maniera assolutamente diretta. Gli studi su questa pianta sono aumentati notevolmente. Oggi l'aloe, si trova in numerosissimi prodotti di cosmesi, in molti cibi e bevande. Chi ne fa uso ha potuto immediatamente constatare con mano i suoi effetti positivi, ed un aumento della barriera delle difese immunitarie.

## arnica acne

In questa pagina parleremo di :

**Acne: rimedi naturali**

**Arnica acne**



### Acne: rimedi naturali

L'acne è una patologia della pelle che si manifesta con la comparsa di comedoni e foruncoli di natura purulenta. I punti del corpo maggiormente interessati da questo inestetismo sono la schiena ed il viso. L'acne è una patologia invalidante, per la quale vengono proposte diverse terapie: la scelta del rimedio va effettuata in relazione all'età, alla tipologia di pelle, al grado di manifestazione acneica. La manifestazione acneica stessa, è strettamente correlata alla specifica quantità di sebo prodotta: l'epidermide si palesa visibilmente untuosa e grassa, i pori maggiormente dilatati, le ghiandole pilo sebacee infiammate e rossastre. Invalidanti sotto il profilo estetico, i comedoni ed i foruncoli, vanno eliminati con una terapia antinfiammatoria, purificante, astringente ed antisettica. L'acne è una patologia causata da disordini epatico-intestinali, mestruali, psicologici. L'acne tende infatti a manifestarsi in soggetti con alterazioni del tratto intestinale, con difficoltà metaboliche, con disordini in relazione al ciclo mestruale, ormonale, o sul piano psicologico. I soggetti vittime di stress, ansie e tensioni, attivano le ghiandole surrenali, inducendo una produzione eccessiva di ormoni. L'epidermide, è lo specchio di una sintomatologia profonda, interiore, intima, che si manifesta sulla pelle, quale conseguenza di una patologia sottostante. Per eliminare l'acne, è necessario curare la patologia da cui essa deriva, quindi contrastare le cause che ne scatenano la manifestazione. Se l'acne è causata da fenomeni di alterazione epatico-intestinale, il primo passo, consisterà nel seguire una dieta regolare, priva di grassi, e ricca di cibi acquosi che idratino la pelle, apportano freschezza e purificazione dall'interno. E' molto importante bere moltissima acqua, non irritare la pelle con cosmetici pesanti o grassi, non strizzare i punti neri, che potrebbero infettare le zone limitrofe. Oltre ai rimedi basici, si provvede ad una terapia farmacologica specifica per contrastare il disturbo in corso. Se l'acne è scatenata da alterazioni ormonali, la terapia, dovrà essere relazionata ad un riequilibrio degli ormoni; allo stesso modo, se l'acne è scatenata da fattori psicologici, la terapia dovrà tendere a riequilibrare l'umore. L'acne conosce una serie di terapie differenti, tra cui molte terapie naturali. Le cure topiche per alleviare i sintomi di suddetta patologia, sono le creme alle erbe, che contengano principi attivi antinfiammatori, vasocostrittrici, lenitivi, antisettici per contrastare la proliferazione purulenta di foruncoli e comedoni. Le migliori creme per contrastare l'insorgenza dell'acne, sono a base di bardana, ippocastano, biancospino ed aloe vera. La bardana è l'erba naturale dai principi antisettici e depurativi: contiene poliacetileni ed inuline, sostanze che purificano la pelle in profondità, eliminando sostanze germicide avverse dai reni e dal fegato. Contiene inoltre mucillagini che posseggono proprietà calmanti e lenitive. L'ippocastano, aiuta a favorire la circolazione, migliorando notevolmente la grana della pelle che appare visibilmente meno arrossata, liscia e compatta. Il biancospino, è un antinfiammatorio naturale, largamente utilizzato a scopo preventivo; l'aloè infine, risulta estremamente utile per favorire l'azione di cicatrizzazione della pelle.

### Arnica acne

Oltre alle terapie farmacologiche ed erboristiche, si fanno largo spazio per la cure dell'acne, le cure omeopatiche. In caso di acne purulenta violacea, vengono somministrati antibiotici topici, come l'arnica montana, una crema specifica che depura ed aiuta a ridurre il volume delle papule purulente. Trattasi di un'erba montana perenne, diffusa nel centro Europa. Il rizoma e i fiori della medesima erba, vengono da secoli utilizzati a scopo terapeutico e curativo. L'arnica, era ed è tuttora famosa per le sue proprietà antinfiammatorie, e per la capacità di contrastare la formazione di ecchimosi e rossore. Viene utilizzata per alleviare traumi di ogni



genere, e per ridurre lo spessore di ferite, grazie alla sua azione purificante e ossigenante. L'erba viene ampiamente utilizzata per il trattamento di dolori muscolari, distorsioni, foruncoli e acne, punture di insetto. L'azione benefica dell'arnica favorisce un alleviamento del dolore, ed inoltre favorisce la cicatrizzazione delle ferite; essa però non va ingerita, né applicata su ferite aperte e sanguinanti a causa di alcune sostanze tossiche che sono in essa contenute. L'arnica agisce sull'epidermide con effetto decongestionante, purificante, idratante, lenitivo, cicatrizzante: è il rimedio ideale per migliorare la grana della pelle rendendola uniforme, liscia e morbida, ma soprattutto purificata. Per le sue numerose proprietà, l'arnica viene utilizzata anche nella produzione di cosmetici per il viso, per pelli grasse e delicate. Contiene flavonoidi, terpeni, polifenoli, tannine, oli essenziali. E' acquistabile in erboristeria, sia pura, che sotto forma di prodotto cosmetico, sempre utilizzabile a scopo terapeutico.

## belladonna homaccord

In questa pagina parleremo di :

**Omeopatia**

**Medicina integrativa e non alternativa**

**Belladonna Homaccord**

**Quando è utilizzato il Belladonna Homaccord**



### Omeopatia

Negli ultimi anni la medicina omeopatica è sempre più diffusa, un metodo di cura che però non deve essere paragonato ad una situazione alternativa. Con ciò che si intende? La medicina omeopatica come molti sanno è basata fondamentalmente sugli estratti naturali di piante, minerali, fiori, foglie e così via. La natura quindi è l'elemento principale dal quale questa medicina trae le cure fondamentali per la salute umana. E' quindi una situazione che ha una storia alquanto antica, visto come già nelle ere passate molti medicinali erano realizzati esclusivamente con gli estratti naturali che la stessa natura era in grado di donare. Lo studio poi negli anni è stato molto più approfondito, si è cercato insomma di capire come determinati elementi naturali potessero essere utili nella cura di determinate patologie e da qui poi è nata l'omeopatia.

### Medicina integrativa e non alternativa

E' però importante definire la corretta funzione di questa medicina che non è propriamente corretto definirla alternativa. E' vero insomma che determinati elementi naturali possano migliorare lo stato di salute delle persone, ma molto dipende principalmente proprio dal problema in questione. L'omeopatia quindi non si può definire medicina alternativa perché fondamentalmente non può curare tutte le patologie. Si tratta quindi più che altro di una medicina integrativa, da poter tranquillamente usare quando si ha qualche banale malanno di stagione. In questi casi l'omeopatia permette di potersi curare senza medicinali che possano



considerarsi un po' troppo aggressivi per il nostro organismo. La medicina tradizionale sappiamo quanto sia efficace, ma nonostante il suo potere benefico se sfruttata con continuità può inevitabilmente provocare assuefazione o portare a qualche altro tipo di problema. Non è un caso che ogni prodotto medico tradizionale abbia tra le sue indicazioni terapeutiche anche delle controindicazioni che molto spesso possono essere non poco fastidiose e difficili quindi da sopportare.

## Belladonna Homaccord

La medicina omeopatica invece non ha controindicazioni, almeno nella maggior parte dei casi, essa cerca di curare il problema attraverso la natura e proprio per questo generalmente gli effetti positivi non sono così immediati. Per curare ad esempio un raffreddore o un mal di gola ci vorranno sicuramente più giorni rispetto alla medicina tradizionale. Il punto è capire se si è ben disposti a "soffrire" un po' di più per salvaguardare comunque il proprio organismo oppure affidarsi a medicinali che siano subito efficaci, ma con le dovute controindicazioni. Tra quindi i medicinali omeopatici ritroviamo il Belladonna Homaccord, un nome che a molti sicuramente non sarà del tutto sconosciuto, soprattutto per coloro che si sono avvicinati negli ultimi anni al mondo dell'omeopatia. Il Belladonna Homaccord è un medicinale omeopatico formato dalla diluizione di diverse sostanze, è in questo modo insomma che tale medicinale riesce ad essere altamente efficace, altrimenti non avrebbe alcun senso utilizzarlo. In base quindi alla diluizione di più sostanze si riesce a realizzare prodotti che siano efficaci per determinati problemi fisici, non parliamo quindi di vere e proprie patologie.

## Quando è utilizzato il Belladonna Homaccord

In questo caso il Belladonna Homaccord è molto utilizzato per infiammazioni acute o croniche localizzate sia in caso di febbre che non. Si parla quindi di raffreddore, mal di gola, particolari arrossamenti della pelle, foruncoli o semplicemente febbre. Chiaro che se si tratti di un problema di salute causato principalmente da un virus il Belladonna Homaccord non ha alcuna efficacia, sappiamo come però in generale i vari virus influenzali non possono essere curati attraverso una cura specifica, ma bisogna attendere che la malattia faccia il suo corso. Per le infiammazioni più leggere, che avvengono ad esempio a causa di un colpo di freddo o anche a fattori di forte stress, il Belladonna Homaccord può entrare in azione e risolvere il problema. Come però detto anche precedentemente bisognerà attendere un po' di tempo prima che tale medicina omeopatica faccia effetto, per chi insomma non è molto paziente non gli resta che affidarsi alla medicina tradizionale. L'omeopatia è anche uno stile di vita e racchiude in sé una sfera di persone che la pensano in un determinato modo, non prettamente quindi propense al mondo della scienza o anche della tecnologia. Qui però il discorso potrebbe prendere una piega molto diversa, incuneandoci in dottrine fin troppo complesse che sicuramente non hanno a che vedere con il nostro discorso sul Belladonna Homaccord. Questo medicinale omeopatico è dato da due formulazioni, ossia è possibile assumerlo in gocce o fiale, sta poi al vostro medico capire quale sia la composizione migliore per voi. Il Belladonna Homaccord è composto da Atropa Belladonna e Echinacea Angustifolia. Il primo permette di avere un effetto analgesico sul sistema nervoso, è un principio di origine vegetale. Il secondo funge da azione antisettica, stimola soprattutto i linfociti. Per le infiammazioni quindi relative a congestioni e raffreddamento il Belladonna Homaccord è molto consigliato.



## bio depiless

In questa pagina parleremo di :

**La depilazione**

**Ceretta e rasoio**

**Le creme depilatorie e Bio depiless**

**Bio depiless per una lenta ricrescita**



### La depilazione

La depilazione è uno degli aspetti più fastidiosi e noiosi al quale devono costantemente sottoporsi le donne. Il problema dei peli superflui è ormai una battaglia che tutte le donne, ma negli ultimi anni anche gli uomini, stanno combattendo da anni. Il pelo non può essere un problema per l'uomo, anche se c'è stata un'evoluzione anche in campo maschile con sempre più uomini vogliosi di eliminare i peli, soprattutto in estate. Per i maschietti può essere insomma un fattore più di comodità, si decide di depilarsi per non patire troppo il caldo durante la stagione estiva. Gli uomini insomma tendono a motivare la depilazione con tale scusa. Per le donne invece c'è la necessità di eliminare questa peluria antiestetica, è un dovere per sembrare molto più belle e avere sempre una pelle liscia e morbida. E' chiaro come una donna pelosa non sia poi così affascinante, anzi è una visione che nessun uomo vorrebbe trovarsi davanti ai suoi occhi. Ecco che allora c'è la costante necessità di depilarsi.

### Ceretta e rasoio

Il mondo della cosmetica è da anni che propone prodotti per la depilazione in grado di eliminare la peluria per qualche giorno. Le più efficaci in questo campo sono sempre state le cerette. E' un metodo che può essere sicuramente doloroso, soprattutto se ci si sottopone per la prima volta ad una seduta del genere dall'estetista. Attraverso però la ceretta, una procedura che prevede lo strappo alla radice dei peli, una donna può tranquillamente non pensare ai peli superflui per almeno quindici giorni. Questa viene effettuata su tutte le parti del corpo, anche quelle più delicate. Per chi però non ama soffrire c'è sempre il classico rasoio, un oggetto fortemente sconsigliato nel campo della depilazione perché riesce a far sparire i peli per pochissimi giorni, ma il problema è che poi la ricrescita è notevolmente accelerata e ci si ritroverà con peli molto più duri. Ecco perché le varie donne che usano il rasoio diventano praticamente schiave di tale metodo di depilazione,



costrette insomma a depilarsi più di due volte a settimana e nella maggior parte dei casi l'effetto sarà simile a quello di una barba sulla faccia di un uomo.

## **Le creme depilatorie e Bio depiless**

E' quindi totalmente sconsigliabile pensare di depilarsi con il rasoio, meglio puntare sulle creme depilatorie che, pur non consentendo una lunga durata della pelle liscia, almeno la ricrescita del pelo non sarà così accelerata. Per chi invece non vuole utilizzare questi metodi, né tantomeno recarsi dall'estetista per una ceretta, può sicuramente affidarsi al silk epil, un prodotto tecnologico formato da una serie di pinzette che sradicano dalla radice i peli superflui e consentono quindi una ricrescita piuttosto lenta. Nel campo della cosmetica però esistono anche creme, non solo depilatorie, che consentono proprio una lenta ricrescita dei peli. Bio depiless è sicuramente quella più famosa ed importante i cui risultati positivi sono testimoniati dalle stesse consumatrici. Cos'è Bio depiless? E' una crema realizzata con principi attivi di estratti di piante che ha non solo la funzione di idratare la pelle e di ridurre le varie irritazioni cutanee, ma l'effetto più importante è proprio quello di ritardare la crescita dei peli, riducendone anche la densità.

### **Bio depiless per una lenta ricrescita**

Meno peli si avranno sul corpo e più facile e rapido sarà toglierli. Questo è il concetto principale che Bio depiless vuole diffondere nel campo della cosmetica femminile, aiutando anche a ritardare la crescita dei peli, evitando così di sottoporsi costantemente a pratiche depilatorie. L'efficacia di Bio depiless è stata certificata da vari studi scientifici e soprattutto dai commenti delle varie donne che sono rimaste non poco soddisfatte da tale prodotto. Bio depiless lo si trova in commercio in tre tipi di confezioni: il roll on deodorante - 75 ml, la crema deodorante - 50 ml, la crema specifica per il viso - 50 ml. Può essere utilizzata anche come deodorante, vista la sua profumazione. E' un prodotto cosmetico che permette di idratare al meglio la pelle e come tale dovrebbe essere usato proprio tutti i giorni, come una comune crema idratante per il corpo e riesce anche a rendere la vostra pelle più che morbida. Come funziona Bio depiless? Questa crema è formata principalmente dal lievito di glucano, un estratto vegetale che riesce ad assorbire un principio attivo rallentando la formazione della cheratina che si trova principalmente nei peli. In questo modo il pelo tenderà a crescere molto più lentamente, proprio perché si ritroverà a fare i conti giorno dopo giorno con il lievito di glucano. Il prezzo di Bio depiless si aggira intorno ai 24 euro e lo si trova in qualsiasi parafarmacia. E' però possibile avere degli sconti qualora si decidesse di acquistarlo online. Di solito c'è molto scetticismo riguardo ad alcuni prodotti cosmetici che richiamano ad effetti miracolosi, ma Bio depiless funziona davvero e può in questo modo evitare che molte donne siano costrette a depilarsi così spesso. La depilazione è un aspetto fondamentale per la bellezza femminile e poter contare su prodotti così efficaci sicuramente agevola non poco il compito di sembrare sempre più belle.

## consigli di bellezza

In questa pagina parleremo di :

**Consigli di bellezza: come alimentarsi**

**Curare pelle e capelli**

**Il make up**

**Manicure e pedicure**



### **Consigli di bellezza: come alimentarsi**

Il più grande gesto d'amore verso se stessi è avere cura della propria persona. L'immagine, l'apparire, il mostrarsi, sono imperativi categorici nella società attuale, che propone prototipi di bellezza inimmaginabili, corpi sinuosi e attraenti, sensualità estreme, curve delicate, visi perfetti. La bellezza rasenta la perfezione, edulcorando magie e riflessi di infinito fascino. La cura del proprio aspetto, comprende dunque una serie di gesti costanti e quotidiani, che inglobano tutto il corpo, e che vanno eseguiti con un certa attenzione. Il proprio aspetto è in primis strettamente correlato al modo in cui ci si alimenta. Un corretto stile alimentare, favorisce una buona forma fisica, apportando il giusto nutrimento per restare in forma. Una dieta sana ed equilibrata è il primo passo verso il benessere. Mangiare bene, significa portare sulla propria tavola alimenti principalmente ricchi d'acqua e vitamine, quali frutta e verdura, che idratano la pelle, combattendo i radicali liberi che causano l'invecchiamento di quest'ultima. Regolare ma non eccessivo rispetto a questi cibi, deve essere l'apporto proteico fornito dalle carni (preferibilmente bianche) e dal pesce. I carboidrati hanno un'importanza fondamentale: essi si trovano nei farinacei, quindi nel pane e nella pasta, ma anche in molti cereali. I carboidrati si trasformano in energia utile e spendibile immediatamente, e in grassi. La piramide alimentare, pone alle basi di un'alimentazione sana tutti i cibi utili ad assimilare suddetti elementi. Oltre ad una buona dieta, che si adatti alle specifiche esigenze di ognuno, è importante tenersi in forma, con una qualsiasi attività fisica. Una buona forma fisica è il risultato di questo perfetto connubio tra dieta e sport. Uno stile di vita sedentario, porta con il tempo alla completa perdita di tono muscolare. Le conseguenze sono valutabili sia dal punto di vista estetico che dal punto di vista salutistico. La pelle, appare visibilmente opaca, spenta e poco tonica. Si presenta quindi invecchiata e raggrinzita. I muscoli invece, se poco allenati, tendono ad atrofizzarsi ed accorciarsi impedendo così il naturale fluire dei movimenti. La formula ideale per conservare una buona forma fisica è dunque quella di scegliere un regime alimentare corretto e uno sport idoneo alle proprie inclinazioni. Chi ama la solitudine, può scegliere la corsa. Il contatto con la strada, con il vento, con la natura, con se stessi, donano un'immensa sensazione di libertà e benessere. La strada è libertà, la corsa è libertà. Questo sport, favorisce il dimagrimento se effettuato con una certa costanza e per un determinato numero di minuti. E' importante non forzarsi e sforzarsi eccessivamente per cercare di raggiungere risultati immediati. Come la corsa, l'attività aerobica, che è invece volta alla socializzazione, o anche il nuoto, il pilates, e tutte le discipline similari producono risultati ottimali. L'esecuzione degli esercizi deve però essere costante e precisa. Lo sport, oltre che favorire il rassodamento dei muscoli del corpo, aiuta anche la mente a scaricare lo stress. Quest'ultimo è la principale causa di tutta una serie di problematiche relative alla bellezza. L'umore influisce sullo stato fisico, per cui, è parecchio importante scegliere un'attività fisica che si sposi con le precise esigenze del singolo.

## Curare pelle e capelli

La cura della propria persona, ingloba anche alcuni gesti preventivi, importanti per la propria salute e per la propria bellezza. La pelle, ad esempio, è il naturale schermo protettivo del corpo. Delicata e fragile, essa subisce tutte le influenze degli agenti esterni, per cui va tutelata con una serie infinita di attenzioni. La pelle può presentarsi secca, grassa, mista, rugosa, lucida. Va curata a seconda della problematica contingente. La pelle secca ad esempio, è una pelle povera d'acqua, disidratata. Questo tipo di pelle, appare visibilmente



fragile ed opaca. Per risolvere il problema della pelle secca è necessario idratarla continuamente. Il primo passo è aumentare la quantità d'acqua da ingerire. La pelle richiede di bere, per cui, è importante dissetarla principalmente dall'interno, purificandola poi dalle scorie con la stessa diuresi. Esternamente la pelle secca, va nutrita con prodotti altamente idratanti, a base di aloe, e frutta. Le creme, vanno massaggiate sulla pelle sempre e non solo dopo il bagno. E' importante anche proteggerla dai pericolosi raggi solari, con creme filtro, che favoriscano l'abbronzatura, garantendo protezione. La pelle grassa invece, è una pelle che ha bisogno di idratazione, ma in misura minore. Questo tipo di pelle, va curata con prodotti particolarmente astringenti, che blocchino la produzione eccessiva di sebo. La pelle grassa infatti è una conseguenza dell'abnorme produzione di questa sostanza, che si deposita sulla pelle e sui capelli o prodotti naturali astringenti come il limone. Anche l'argilla risulta essere una valida alleata per questo tipo di problematica. Chi soffre infatti di problemi inerenti all'eccessiva produzione di sebo, può applicare sul viso maschere che ne riducano la produzione, rendendo l'epidermide più liscia, pulita e visibilmente meno arrossata e lucida. La maschera all'argilla, va applicata sul viso almeno una volta a settimana dopo la pulizia del viso. Subito dopo l'applicazione, il viso sarà immediatamente luminoso. I risultati sono infatti abbastanza immediati. Altri prodotti naturali vengono utilizzati per combattere gli inestetismi del viso, come comedoni e punti neri, o la stessa pelle grassa. La maschera allo yogurt è parecchio idratante e aiuta la pelle a ritrovare la giusta luminosità. Anche i capelli necessitano di cure continue. E' importante utilizzare uno shampoo idoneo al proprio tipo di cute, che non sia particolarmente aggressivo e schiumogeno. Dopo lo shampoo, sui capelli è sempre bene applicare uno spray rinforzante o una maschera che protegga il cuoio capelluto rendendolo maggiormente setoso e lucente. I capelli vanno asciugati con il phon che però va tenuto ad una certa distanza onde evitare bruciature. Durante il lavaggio la cute va massaggiata delicatamente, con dolcezza. I capelli possono essere curati con diversi prodotti naturali. I rimedi della nonna sono infatti abbastanza efficaci e soprattutto economici e non aggressivi per i capelli. E' anche importante proteggere la cute dai raggi solari, con prodotti che non secchino i capelli o ne alterino il colore.

## Il make up



Curare la propria immagine, è ad oggi un imperativo. Valorizzare il viso, e la sua luminosità con un trucco originale, semplice o estroso è molto importante. Prima di truccarsi, è necessario detergere il viso in profondità, per poi applicare una crema basica idratante che protegga il viso. Su questa va applicato poi il fondotinta che va scelto sempre di una tonalità più scura rispetto al colore della propria pelle. Il fondotinta inoltre va scelto anche in base alla tipologia di epidermide: per le pelli secche, sarà preferibile optare per un fondotinta liquido, al contrario per le pelli grasse, un fondotinta compatto sarà la soluzione ideale. Una volta creata la base trucco,

bisognerà passare agli occhi. Questi vanno esaltati in base ad una serie di variabili che sono la forma, il colore, la profondità dello sguardo. L'ombretto va applicato quasi sempre in base alla tonalità degli occhi e della pelle. Gli occhi chiari prediligeranno i colori oro, terra, marrone, e pastello quali rosa e verde. Gli occhi nocciola/ marrone, staranno bene con l'ambra, il panna, e alcune tonalità del verde. Gli occhi scuri, con i grigi, e alcune tonalità del marrone. L'ombretto deve presentare sempre delle sfumature: saranno queste a dare profondità allo sguardo e che sembreranno allungare la forma dell'occhio stesso. La matita va applicata sottile dalla coda dell'occhio alla punta seguendo la naturale linea di questo. Sotto, allo stesso, modo può essere applicata all'interno o all'esterno della palpebra. Il mascara, invece, generalmente di colore nero, allungando le ciglia tende a regalare all'occhio profondità e luminosità. Le labbra, a differenza degli occhi vanno truccate sì, ma con leggerezza. Come valorizzarle dipende dalla forma e dalla carnosità. Se sottili, vanno calcate con una matita sul contorno, così da regalar loro un leggero volume. All'interno poi va applicata o la stessa matita, o un rossetto che abbia lo stesso colore del contorno labbra. Il rossetto va scelto in base al colore degli occhi. Il trucco, non deve mai essere eccessivo. Anche in questo caso, il colore delle labbra, seguirà quello dell'incarnato. Per le bionde con pelli chiare, bellissimi sono i perlati e tutte le tonalità pastello del rosa e del pesca. Ancora il rosso deciso e brillante, che ben si intona a spezzare le sfumature angeliche di un viso chiaro. Per le brune, invece, il rossetto potrà andare sui colori del rosso, del vinaccio, o sui gloss brillanti. Chi ha le labbra carnose, non ha bisogno di valorizzarle ulteriormente, quindi potrà evidenziarle anche solo con un lucido che le renda maggiormente brillanti. Gli zigomi poi, vanno esaltati con una spolverata di fard leggera. Il trucco va anche abbinato all'abbigliamento e all'occasione.

## Manicure e pedicure

Oltre al viso, anche le mani e i piedi hanno la loro importanza e vanno curati costantemente. Per una manicure semplice e veloce, basta immergere le mani in acqua tiepida e sapone per circa cinque minuti. Dopo averle asciugate si passa al sollevamento delle cuticole, che solitamente non vanno sollevate ma spostate verso l'interno. Le unghie vanno tagliate con una tronchesina o limate con una lima apposita per conferire ad essa la forma che si desidera. Sull'unghia stessa, per evitare dislivelli, sarà necessario passare il buffer. Sull'unghia pronta e pulita si potrà applicare lo smalto. Lo stesso identico procedimento va effettuato per la pedicure. In seguito al pediluvio, però sarà necessario rimuovere i calli e i duroni con il credo, facendo molta attenzione a non tagliarsi. Per la cura del tallone, oltre alla pietra pomice, si potrà utilizzare una spatola che elimini le cellule morte, lasciando il tallone liscio e morbido. Per quanto concerne le unghie il procedimento è il medesimo.



# fard

In questa pagina parleremo di :

**Fard**

**Tipologie di fard**



## Fard

Il trucco, è la metodologia impiegata per esaltare la bellezza del viso. il trucco è arte, è armonia, è perfezione, astrazione, simmetria. Un velo di colori che ravviva l'incarnato, scolpisce lo sguardo, ammorbidisce le labbra mediante tecniche che tendono ad esaltare le particolarità del viso, rendendolo angelico, etereo, compatto, gentile, armonioso. Un make-up completo, comprende una serie di trucchi e strumenti, mediante i quali si sviluppano una serie di tecniche diverse. La base di un make-up perfetto è l'idratazione del viso: prima dell'applicazione del fondotinta, è necessario idratare l'epidermide, con una crema nutriente e idratante che crei un sottile strato protettivo, favorendo una completa tutela dagli agenti esterni ed una migliore aderenza e tenuta del trucco. La crema va applicata con un leggero massaggio circolare, affinché venga assorbita perfettamente dalla pelle. Il fondotinta, va scelto in relazione alla tipologia di pelle, e alla colorazione dell'incarnato. Il blush, apostrofato comunemente come fard, viene applicato sulle gote e sugli zigomi, o spolverato sull'intero viso, per ravvivare e valorizzare la luminosità dell'incarnato, per illuminare le guance, per rendere il viso statuario ed elegante. Il fard, scolpisce i lineamenti del viso, li rende scultorei, meravigliosamente eterei, come fossero marmo. La scelta del blush, va effettuata in relazione ad una serie di variabili; il fard deve adattarsi alla specifica tipologia di pelle, aderire ad essa, esaltarla, illuminarla, modificarne la specifica struttura. Per un make-up perfetto, è necessario scegliere un blush dai toni basici, e dalla consistenza idonea. Il fard, viene applicato sulle gote, creando uno strato di colore maggiormente rimarcato, che esalti la spigolatura degli zigomi, rendendoli più visibili, luminosi e allungati. L'effetto prodotto dal colore, favorisce una maggiore esaltazione della geometria del viso, di cui vengono calcate le linee, le forme. Il blush, può essere applicato anche su tutto il viso, per rendere ancor più compatto e luminoso l'incarnato.

## Tipologie di fard

La scelta della tipologia di fard, va effettuata in relazione al colorito e alla consistenza dell'epidermide. Le variabili di questo prodotto sono numerose. Il blush, è disponibile cremoso, liquido, compatto, polveroso e presenta diverse colorazioni. Alle pelli secche, meglio si adatta un fard di tipo liquido cremoso, che garantirà una migliore aderenza ed un'idratazione completa. Per le pelli grasse, è preferibile un blush che sia compatto o polveroso, che tenda ad opacizzare la pelle, rendendo la grana meno traslucida e maggiormente compatta e omogenea. Molto



di moda, sono fard di tipo minerale, ricavati da elementi naturali, disponibili in versione compatta e cremosa, che possono essere utilizzati con o senza acqua, e si adattano perfettamente sia alle pelli secche che alle pelli grasse. La scelta del colore del fard, va effettuata in relazione all'incarnato. Il distacco non deve essere mai netto, e deciso. Il fard, deve illuminare il viso, esaltare gli zigomi, ravvivare le forme e far brillare lo sguardo. La scelta di un colore eccessivamente forte e pronunciato, potrebbe rovinare l'effetto delicato del make-up, rimarcando in maniera eccessiva il colorito dell'incarnato. Il blush in polvere, va steso con un pennello morbido e largo dalle setole delicate, con movimenti circolari e morbidi dalla gota all'orecchio. Una spolverata leggera sull'intero viso, renderà il colore omogeneo. Il fard, può essere abbinato anche alla colorazione delle labbra. Un trucco pin up, stile anni trenta, si concentrava soprattutto sull'effetto richiamo tra le gote e la bocca. L'incarnato era maggiormente pallido, gli occhi tratteggiati dalla sola eye-liner nera, che prolungava la bellezza dello sguardo, rendendolo però leggero, poco marcato, gentile. Le labbra, erano arancioni, rosate, rosse e riprendevano le stesse colorazioni del fard, o una colorazione simile. L'effetto era una via di mezzo tra il soft e lo strong. I blush ultraleggeri e cremosi, leggermente brillantinati, si adattano perfettamente ai gloss per le labbra. Le colorazioni sono sempre tenui e gentili, molto spesso volte al trasparente /nudo: è questo l'effetto maggiormente gettonato, in particolare sulla pelle scura o abbronzata. Il gloss tende a rendere le labbra più voluminose e brillanti, il fard, illumina le gote, rendendo la pelle più bella, più lucente, più fresca. L'effetto del blush, dunque, tende a variare in relazione alla colorazione, alla tipologia, e all'abbinamento che viene effettuato con le altre parti del volto. Molti blush, leggeri, si applicano con le dita, e vanno stesi solo sugli zigomi, in maniera leggera, come fossero un velo trasparente. Le meravigliose e numerose nuances disponibili, permettono una vasta scelta e numerose possibili combinazioni. Il fard, è un elemento complementare importantissimo per un make-up completo: esso rende il viso più bello, più particolare, illuminandolo dei colori più nuovi e vivi.

## malattie

In questa pagina parleremo di :

**Cosmetici e salute**

**Cosmetici e malattie**

**Cosmetici ed allergie**

**I componenti chimici peggiori**



### **Cosmetici e salute**

I cosmetici fanno parte della vita quotidiana di ciascuno di noi a partire dal detergente per il viso fino ai trucchi e alle creme più sofisticate. Ma non tutti i cosmetici sono amici della salute. Infatti è molto importante usare dei cosmetici che non causino allergia al nostro tipo di pelle o dei cosmetici i cui componenti risultino dannosi per l'intero organismo. Grazie alle etichette possiamo capire quali sono i componenti chimici presenti all'interno del prodotto e quindi valutarne la scelta, l'uso e l'abuso. Nelle etichette i componenti vengono indicati in ordine di quantità all'interno del prodotto. In pratica gli elementi indicati per primi sono quelli che il prodotto contiene in quantità maggiore, mentre per quelli contenuti in percentuale inferiore all'un per cento si segue un ordine sparso, spesso alfabetico. Questo tipo di collocazione la trovate nella maggioranza dei prodotti, sebbene ci siano dei produttori che preferiscono indicare di ogni componente la percentuale presente all'interno del cosmetico. Non è sempre facile riconoscere i componenti più o meno pericolosi poiché quasi tutti i cosmetici contengono conservanti e i più sofisticati anche siliconi, tensioattivi e derivati del petrolio. Tutti questi componenti chimici oltre che essere cause di allergie cutanee possono anche, se messe insieme, diventare molto cancerogene.

### **Cosmetici e malattie**

Le malattie causate dai cosmetici in realtà sono causate dai componenti che le generano in soggetti predisposti o che ne abusano. Formaldeide e nitrosamine sono i componenti più pericolosi perché altamente cancerogeni soprattutto se entrano in azione con altre sostanze dannose per l'organismo. I cosmetici vanno applicati sul corpo e quindi assorbiti dalla pelle possono portare all'introduzione nell'organismo di componenti che possono alterare lo stato di salute. La dermatite, una malattia della pelle, è una delle prime patologie che si sviluppano quando si usano dei cosmetici che vengono a contatto con una zona del nostro corpo ed è estremamente importante prendere subito dei provvedimenti perché la dermatite si presenta in varie fasi e scoperta e curata nella prima fase può aiutare ad evitare le peggiori conseguenze. La dermatite può infatti trasformarsi in eczema che si presenta come crescita di bolle dalle quali fuoriesce del sebo che può anche essere infettivo per le altre parti del corpo. Questo tipo di dermatite è detta seborroica ed oltre ad essere esteticamente molto repellente deve essere curata per non far ammalare tutta la pelle del nostro corpo. Le dermatiti sono molte e si differenziano in base ai componenti che entrano a contatto con il corpo e anche in base ai soggetti. Le sostanze profumate contenute all'interno di molti cosmetici possono portare a delle patologie che non sempre sono subito riconducibili ai cosmetici giusti. Per esempio la composizione delle sostanze aromatizzanti può portare alla dermatite anche in azione con le altre sostanze a cui il



soggetto presenta allergia. Le più comuni sono quelle derivanti dall'uso di prodotti per capelli. L'irritazione non si presenta al cuoio capelluto ma alle zone con cui i capelli vengono a contatto sia durante il lavaggio che dopo l'asciugatura e quindi fronte, tempie, nuca, spalle, orecchie. A volte la causa si ricerca nelle creme usate per il viso o per il corpo, ma è bene anche analizzare i prodotti usati per capelli, sia shampoo che tinture, coloranti, rinforzanti, prodotti per permanenti e così via.

## Cosmetici ed allergie



Come per le malattie, le allergie possono essere causate dall'uso di cosmetici che contengono dei componenti chimici particolari. Può essere che il componente non sia nocivo per l'organismo di tutti ma che in particolari individui portino delle patologie a causa dell'indisposizione del soggetto stesso. È quindi il caso dell'insorgere di allergie che possono derivare sia da tessuti che dai componenti chimici che troviamo all'interno dei profumi, delle creme, dei deodoranti, dei saponi e così via. Le stesse essenze profumate possono creare delle allergie se ispirate e quindi causare problemi alle vie respiratorie. Le allergie si sviluppano anche al contatto con prodotti di cosmesi. Le irritazioni cutanee sono il primo sintomo di allergia e si consiglia il

consulto medico per eliminare ogni dubbio di sviluppo di una patologia più grave di una semplice allergia che si cura con un po' di crema al cortisone. Lo stesso vale per l'orticaria da contatto. Compare un po' di minuti dopo l'uso del prodotto e si consiglia sempre contattare il medico perché in caso di allergia acuta può sorgere uno shock anafilattico.

## I componenti chimici peggiori

Tra i componenti chimici peggiori che possiamo incontrare all'interno di un cosmetico c'è senza ombra di dubbio la formaldeide che è catalogata come un cancerogeno. È presente soprattutto negli smalti ed è utilizzato perché ha la capacità di far procedere le reazioni tra gli altri componenti chimici. Altro componente nocivo è il phenoxyethanolo che i casi più gravi può provocare danni al sistema nervoso se inalato o ingerito. Usando moderatamente uno o più cosmetici le conseguenze non sono gravi, ma tutto dipende dalla quantità di prodotti che vengono a contatto con la nostra pelle poiché per ogni prodotto la percentuale presente è inferiore all'un per cento. Il petrolatum è un altro componente da evitare perché è un derivato diretto del petrolio che aggrava le irritazioni cutanee e blocca la rigenerazione cellulare.

## maschere di bellezza

In questa pagina parleremo di :

**La pelle del viso**

**Maschere viso**

**Maschere e tipologie di pelle**

**Benefici**



### La pelle del viso

La pelle, è un velo sottile e delicato, il tessuto continuo e compatto che funge da rivestimento del corpo. Uniforme, delicata, vellutata, luminosa: una pelle sana, sposa al benessere, palesa queste peculiari caratteristiche. La pelle respira, si nutre, protegge, difende. Essa tende a mediare e regolare le reazioni corporee, ha infatti funzione protettiva, sensoriale, difensiva, termoregolatrice, secretiva, respiratoria e riproduttiva. La pelle, è continuamente sottoposta a stimoli ed input esterni, a contatto, a sfregamento, a pressioni. Suddetti fattori, innescano meccanismi di reazione e protezione da parte del tessuto cutaneo, che tende ad ispessirsi, indurirsi, o a reagire chimicamente. La pelle, si comporta come una schermata che crea reazioni di rimbalzo rispetto ad input negativi. L'innervazione cutanea, favorisce la percezione degli stimoli: la presenza di ricettori altamente sensibili, consente reazioni alla temperatura, alle pressioni, agli sfregamenti. La pelle svolge una funzione strettamente difensiva, attivando barriere antimicrobiche e antifunginee; l'epidermide favorisce la protezione dal continuo attacco batterico che ne potrebbe causare l'indebolimento. La funzione termoregolatrice della pelle, si attiva con i repentini cambiamenti di temperatura ai quali l'epidermide reagisce come isolante o regolatore termico. La pelle, si comporta come un filtro, assorbendo ed eliminando sostanze di scarto prodotte dallo stesso organismo: ossigeno, anidride carbonica e sebo, vengono espulsi dal corpo mediante il filtro epidermico che ha funzione secretiva e purificante. La pelle, svolge una serie di funzioni fondamentali volte al benessere fisiologico ed estetico: necessita dunque di attenzioni e cure costanti, che ne favoriscano il nutrimento, l'idratazione, la protezione, la purificazione. La pelle, nella sua estrema delicatezza, può palesare differenze sostanziali in relazione alla sua stessa consistenza: esistono pelli normali, secche, grasse, miste. A seconda del tipo di pelle, si potrà scegliere la cura maggiormente idonea, il trattamento più adatto. Le maschere di bellezza, costituiscono una modalità di tutela e protezione nei confronti del tessuto epiteliale ed epidermico. Composte da prodotti naturali, le maschere per il viso rappresentano il segreto per una pelle morbida, sana, fresca, vellutata compatta. Una

pele che possiede suddette caratteristiche, è una pelle visibilmente giovane e luminosa, visibilmente bella. Vitalità, tono ed idratazione: questi gli obiettivi da raggiungere mediante specifici trattamenti viso e corpo, che ridonino alla pelle suddette caratteristiche. La maschera viso o corpo, è un impacco, preparato con ingredienti benefici e naturali; rappresenta un momento di pausa, di sollievo, di benessere. Ricca di principi attivi, la maschera di bellezza regala alla pelle una nuova luce, un tono elastico maggiore, una compattezza ed una morbidezza immediate. L'applicazione dura pochissimo tempo, (circa trenta minuti). Una pausa breve, durante la quale è possibile dedicare a se stessi un tempo prezioso, il tempo del riposo, il tempo del silenzio, il tempo del benessere.

## Maschere viso

La maschera va scelta in relazione alla tipologia di pelle: pelli secche necessitano di maschere nutrienti, pelli grasse, di maschere idratanti e purificanti, pelli normali di maschere rilassanti e rivitalizzanti. La pelle presenta delle specifiche esigenze, in relazione alle quali è possibile effettuare una scelta piuttosto che un'altra. Le maschere di bellezza, sono acquistabili in qualsiasi punto vendita per la cosmesi, o possono essere preparate con ingredienti naturali. Prima di applicare qualsiasi maschera per il viso, è necessario detergere la pelle in profondità. Il primo passaggio sarà un caldo bagno di vapore, che potrà essere preparato portando



ad ebollizione un determinato quantitativo d'acqua e camomilla. Una volta pronta la soluzione, bisognerà avvicinare il viso al vapore, ponendosi un telo sul capo per evitare ad eventuale dispersione di calore. Il vapore stesso, consentirà l'apertura dei pori, ed una maggiore azione della maschera una volta applicata. Il vapore dovrà agire per più di venti minuti. Una volta pronta la pelle, andrà purificata con uno specifico scrub viso, che applicato sulla pelle appena detersa, svilupperà un'azione purificante ed esfoliante, eliminando tutte le impurità e le cellule morte. Una volta purificata, la pelle sarà pronta per essere nutrita: la maschera, come sottolineato sopra, andrà adattata alla tipologia di pelle. Per epidermidi secche e disidratate, l'ideale è rappresentato da una maschera nutriente e idratante. Un trattamento naturale, si basa su una maschera a base di miele e yogurt. Questi gli unici due ingredienti necessari per la preparazione dell'impacco. La preparazione della maschera è estremamente semplice: a mezzo bicchiere di miele, va aggiunto metà vasetto di yogurt. I due ingredienti andranno mescolati attentamente, fino a quando non arrivino a formare un composto uniforme e compatto. Questa maschera, va applicata sulla pelle pulita e lasciata in posa per circa venti/trenta minuti. Per rimuoverla dal viso, bisognerà utilizzare dei dischetti di cotone e dell'acqua tiepida. La pelle andrà ulteriormente idratata con una crema apposita che lasci la pelle leggermente umida e idratata. La maschera allo yogurt e al miele, applicata sul viso due volte a settimana, ridona morbidezza e lucentezza alla pelle, donandole un aspetto liscio e compatto.

## Maschere e tipologie di pelle



Lo stesso principio nutritivo, lo possiede una maschera a base di miele, alla quale vanno aggiunti altri ingredienti, ovvero l'olio di oliva extravergine e un uovo. Il miele (circa metà bicchiere), va amalgamato con due cucchiari di olio e con un solo tuorlo dell'uovo: il composto andrà mescolato pazientemente, fino a diventare omogeneo e compatto. Una volta pronto, va applicato sulla pelle pulita, e va lasciato agire per circa mezz'ora. Questa maschera, nutre la pelle, rendendola maggiormente elastica, pulita e tonica. Altra maschera nutriente per

per pelli secche, può essere preparata con la frutta fresca o secca. Un frutto altamente nutriente è la banana; gli ingredienti necessari sono: una sola banana, del miele di acacia, e un vasetto di yogurt. Il tutto andrà frullato e passato, e ancora lasciato in posa per qualche minuto prima dell'applicazione. Il composto, va applicato sulla pelle pulita e rimosso con acqua tiepida. Con la frutta secca, la maschera prevederà l'utilizzo di mandorle, yogurt ed olio extravergine; è possibile aggiungere anche un tuorlo d'uovo. Per le pelli grasse e tendenzialmente acneiche, le maschere dovranno essere composte da ingredienti ad azione purificante, astringente, sebo-regolarizzatrici. Un trattamento per pelli grasse, assolutamente delicato ed efficace, si compone di due soli ingredienti: acqua e lievito di birra. Il lievito stesso, va disciolto in una porzione d'acqua (circa mezzo bicchiere). Dopo aver miscelato abbondantemente, la maschera andrà applicata sul viso, e lasciata agire per quindici/venti minuti. Una volta deterosa, la pelle, andrà tamponata con un tonico astringente. Le pelli grasse, sono tendenzialmente lucide ed oleose: la maschera naturale a base di lievito, elimina tutte le impurità, lasciando la pelle liscia, compatta e meno traslucida. Essendo composta di un ingrediente naturale, la maschera al lievito, può essere applicata ogni giorno. Altra soluzione per le pelli grasse, è la maschera all'argilla e al kiwi. Il frutto andrà tagliato e tritato, e alla sua polpa dovranno aggiungersi un paio di cucchiaini di yogurt leggero e magro e due cucchiaini di argilla verde, acquistabile in erboristeria. Il composto, andrà applicato sulla pelle e massaggiato energicamente. In seguito al massaggio, la maschera andrà lasciata asciugarsi e poi andrà lavata via con un sapone idratante e nutriente. Una volta asciutta e pulita, sul viso andrà applicato un velo di crema astringente e purificante. Questo trattamento, va preferibilmente eseguito a sera, prima di andare a dormire. La pelle, al mattino seguente apparirà liscia e compatta. Per eliminare le impurità dal viso, ed avere una pelle morbida e setosa, la maschera al cetriolo, risulta essere l'ideale: gli ingredienti necessari sono un cetriolo, un limone, un vasetto di yogurt. I tre ingredienti andranno mescolati e applicati sulla pelle. Questa ritroverà una delicatezza estrema. Trattandosi di prodotti naturali suddette maschere possono essere applicate anche ogni giorno, raggiungendo così, risultati immediati e duraturi nel tempo.

## Benefici

Per pelli stanche, le maschere ideali devono possedere principi rivitalizzanti, l'ideale sarà applicare sulla pelle essenze di fiori di loto, di camomilla e timo; queste sostanze, aiutano la pelle a recuperare la giusta elasticità e bellezza, favorendone il riposo e il ripristino delle naturali funzioni attive. Una maschera rivitalizzante, sempre costituita da ingredienti naturali, viene preparata con yogurt e arancia. Il composto applicato sulla pelle, donerà brillantezza, lucentezza e freschezza all'epidermide, rendendola liscia e visibilmente più giovane ed elastica. Per eliminare le impurità dal corpo,



ed avere una pelle idratata e liscia, è necessario applicare uno scrub sulle gambe, sull'addome, sulla schiena e sulle braccia. Lo scrub, può essere acquistato o anche prodotto naturalmente: olio di oliva e sale, massaggiati su tutto il corpo, renderanno la pelle come nuova, assolutamente rinnovata, elastica e fresca. Queste maschere vanno applicate a seconda delle esigenze specifiche, a seconda del tempo che si ha a disposizione e a seconda degli obiettivi che si intendono raggiungere. La pelle, trattata con maschere di bellezza naturali, ritrova la sua naturale luminosità, la grana diviene più compatta, il colorito più tenue, la morbidezza maggiore. Tutelare la pelle, è il primo gesto d'amore verso il proprio corpo. Una pelle sana e curata è una pelle bella, liscia e luminosa, una pelle che non è stata scalfita dal tempo, una pelle eternamente giovane.

## tonico

In questa pagina parleremo di :

**Viso e make up**

**Come proteggere la pelle del viso**

**Il tonico**

**L'efficacia del tonico**



### **Viso e make up**

Una delle parti del corpo più visibili a tutti è sicuramente il viso. Questo è quasi sempre scoperto, anche se in inverno si tende a proteggerlo dal freddo con sciarpe o cappelli vari. Essendo la parte del corpo più visibile inevitabilmente il viso necessita delle attenzioni maggiori per essere sempre luminoso e ricco di energia. Ovviamente sono soprattutto le donne a curare questa parte del corpo e per sembrare più belle si affidano al make up. Gli uomini tendenzialmente hanno iniziato più che altro ad utilizzare creme per il viso che consentano di rendere la pelle più morbida e soprattutto di prevenire le rughe. Le donne invece amano abbellire questa parte del corpo con vari trucchi che consentano di apparire sempre più belle, nascondendo anche qualche difettuccio particolare. Che si tratti di acne, particolari macchie o semplicemente dei brufoli, il make up tende a fare dei veri e propri miracoli, garantendo in questo modo un viso sempre luminoso e bello. Proprio però questo continuo utilizzo di make up e di prodotti che possono essere aggressivi per la pelle, si rischia notevolmente di peggiorare la situazione.

### **Come proteggere la pelle del viso**

Il viso, essendo la parte più esposta del corpo, tende ad accumulare lo stress maggiore, non solo quindi il trucco, ma anche il sole e lo smog contribuiscono fortemente a rovinare l'epidermide del viso. E' qui che quindi entrano in gioco alcuni prodotti cosmetici in grado di proteggere questa parte delicata del nostro corpo e che soprattutto siano in grado di pulire a fondo la pelle senza peggiorare il danno. L'utilizzo di vari detergenti, saponi e così via non fanno altro che alterare la struttura lipidica del nostro viso, rendendo così la pelle meno elastica ed idratata. Si arriva così a ritrovarsi con una facile desquamazione e



soprattutto grande secchezza, qui ad intervenire arriva un prodotto cosmetico che però non sembra essere poi utilizzato così facilmente dalle donne, ma che ha degli effetti davvero magici sul viso. Solitamente si fa uso esclusivamente del latte detergente, il quale permette di pulire la pelle senza però essere troppo aggressivo. In effetti le donne tendono ad utilizzare soprattutto questo prodotto, ma molto più importante risulta invece essere il tonico.

## Il tonico

Questo prodotto cosmetico in realtà ha degli effetti alquanto stupefacenti per la pelle del nostro viso, garantisce l'inalterazione del grado di umidità della pelle e in questo modo essa risulta sempre morbida ed idratata, senza quella sensazione di secchezza. Che cos'è allora questo tonico? Si tratta di una classica lozione che presenta sostanze un po' acide in grado in questo modo di aiutare la pelle a mantenere costante il suo grado di acidità. Come molti sanno la pelle ha un proprio ph acido e se esso subisce mutamenti, attraverso l'utilizzo di alcuni prodotti aggressivi (sapone, bagnoschiuma, detergenti), ecco che fanno la loro comparsa i classici inestetismi del viso: acne, brufoli, rossori, pelle secca, pelle grassa e di conseguenza anche le rughe. La consistenza del tonico, rispetto al latte detergente che risulta essere una crema abbastanza corposa, è molto leggera e per questo riesce ad arrivare in profondità, garantendo una pulizia del viso totale.

## L efficacia del tonico

Grazie al tonico si eliminano le impurità anche più nascoste e profonde, proprio per questo lo si utilizza dopo aver passato uno strato di latte detergente. Quest'ultimo toglie le impurità maggiori, ma il tonico penetra in profondità eliminando tutti i residui di trucco, di sebo o anche di latte detergente. Grazie a questa sua pulizia profonda il tonico risulta essere un ottimo alleato per coloro che vogliono avere una pelle più luminosa e bella. La pelle ne gioverà tantissimo del lavoro del tonico perché riesce a liberarla di quei residui che non fanno altro che soffocarla. I vantaggi quindi sono davvero importanti per la propria bellezza, si eliminerà anche l'effetto opaco, arrivando a chiudere quei pori che solitamente si aprono sul viso. Dopo aver utilizzato il tonico l'effetto dei suoi benefici sarà praticamente subito visibile con una pelle pulita e fresca, quando poi si utilizzerà la consueta crema idratante giornaliera essa potrà in questo modo penetrare a fondo, garantendo sicuramente un'idratazione più duratura. Il tonico inoltre garantisce una più facile ossigenazione della pelle e proprio grazie a questa sua particolarità impedisce la rapida formazione delle rughe. C'è insomma un miglioramento anche per quel che riguarda l'invecchiamento della pelle, le rughe sono di solito il cruccio principale per le donne che ricorrono facilmente alla chirurgia estetica per eliminarle. L'utilizzo del tonico può essere quindi un valido aiuto per prevenire tutti quegli inestetismi che si ripresentano sul viso, d'ora in poi qualche donna potrà sicuramente rivalutare l'uso di tale prodotto. Se poi notate che l'acqua del vostro rubinetto è praticamente ricca di calcare, in questo caso il tonico diventa praticamente indispensabile, anche insomma l'acqua calcarea può inevitabilmente rovinare la pelle del vostro viso. In soccorso arriva quindi il tonico.