

# VOGUE

ITALIA

Link: <http://www.vogue.it/bellezza/>

15 Settembre 2017

**In Homepage Beauty:**



Link: <http://www.vogue.it/bellezza/viso-corpo/2017/09/15/scrub-fai-da-te-trattamenti-spa-come-avere-pelle-perfetta/>



Al rientro dalle ferie, la pelle ha una richiesta: rigenerarsi, dopo lo stress di sole, sale e salsedine. Il buon gesto in questi casi: esfoliare e nutrire, così da mantenere più a lungo l'abbronzatura, evitando il rischio pelle opaca e ruvida al tatto. Abbiamo chiesto agli esperti come fare, a partire da un evergreen: lo scrub.

## PERCHÉ LO SCRUB?

Risponde Angela Noviello, direttore della divisione di estetica funzionale di Milano Estetica Cosmetic Surgery & Medical Spa: «la pelle è un organo che in condizione di normalità rinnova il suo mantello superficiale in modo graduale, rigenerandosi naturalmente nell'arco di 28/30 giorni. Alcuni fattori, ad esempio prolungate esposizioni solari durante l'estate, possono alterare questo equilibrio, generando ispessimenti della cute, disidratazione, colorito spento. In questo caso uno scrub corpo ad azione levigante rende la pelle rigenerata, ossigenata, liscia, luminosa e compatta, facendo durare più a lungo la tintarella».

## PELLE DI VELLUTO

Spiega Jasmin Kafmann, del centro benessere del **Romantik Hotel Turm** di Fiè allo Sciliar: «lo scrub andrebbe fatto con regolarità. Nella nostra spa proponiamo un peeling usando una miscela di vinaccia, terra, gesso e olio di vinacciolo, quest'ultimo ricco di vitamina E e antiossidante: sfruttando gli acidi fruttati, andiamo a eliminare le cellule morte, regalando un tocco vellutato alla cute. In alternativa proponiamo uno scrub a base di sale fino, olio d'oliva e miele, stimolando anche il microcircolo».

Ma quante volte regalarsi questo genere di trattamento? «Non si deve esagerare: due-tre volte al mese sono sufficienti», consiglia la spa therapist. Specifica Noviello: «fate lo scrub prima della doccia su pelle asciutta se volete un'azione più intensa, mentre direttamente sotto la doccia, dopo aver inumidito la pelle, se preferite un effetto più delicato e superficiale. Sì a manualità leggere e circolari per stimolare anche la circolazione sanguigna, soffermandovi sulle aree più naturalmente ispessite quali ginocchia, gomiti e talloni. Al contrario, evitate le zone interessate da scottature ed eruzioni cutanee, o irriterete la pelle».

## FAI DA TE

Se siete appassionati di rimedi della nonna, ecco come preparare un ottimo scrub a casa. Spiega Jasmin Kafmann: «create una miscela di sale, miele e olio d'oliva (ma va bene anche lo yogurt). Massaggiate dolcemente sul corpo e risciacquate dopo qualche minuto con acqua tiepida. Se desiderate un effetto anti cellulite, invece, usate sale grosso, kiwi maturo, olio d'oliva e succo di limone, mentre per chi cerca un risultato energizzante, è perfetto un mix di arancia, olio essenziale di cannella e zenzero, più zucchero di canna». Infine per un risultato drenante, seguite il consiglio del medico estetico Dvora Ancona del centro Juva di Milano: mescolate cinque fondi di caffè, due yogurt e quattro cucchiaini d'olio d'oliva. La pelle ringrazierà.