



[Leggi l'articolo su beautynews](#)

Come avere uno sguardo riposato



Come avere uno sguardo riposato



Come avere uno sguardo riposato



Come avere uno sguardo riposato



sguardo riposato

Come avere uno



Come avere uno sguardo riposato



Come avere uno sguardo riposato



Come avere uno sguardo riposato



Una **giornata intensa al lavoro**, magari avete **dormito poco** e **vi siete dovute alzare presto**. Poi otto ore davanti al computer e, per completare il quadro, smog e caldo che non danno tregua sulla via di casa. **Il risultato? Occhi gonfi e affaticati che mostrano i segni della vita frenetica che facciamo ogni giorno. No panic: i rimedi esistono.** E no, non stiamo per dirvi di dormire otto ore a notte e bere litri d'acqua (anche se sarebbe bene farlo) perchè sappiamo che non sempre è possibile mantenere tutte le buone abitudini. Avere cura della pelle del contorno occhi è una missione di lungo periodo, certo, e la bacchetta magica per cancellare le occhiaie non esiste (a quello ci pensano i filtri Instagram): ci sono però **tanti rimedi last**

minute per correre ai ripari quando stress e gonfiore iniziano a diventare un po' troppo visibili.

Idratare dall'interno Lavorare al computer, guardare lo schermo dello smartphone appena possibile, magari spostarsi in motorino e non utilizzare gli occhiali da sole: sono abitudini che stressano notevolmente i nostri occhi. Avere spesso la fastidiosa sensazione di sabbiolina è un ulteriore segno che c'è bisogno di rinfrescare e idratare gli occhi: **provate con bagni oculari che alleviano secchezza e irritazione e fatevi consigliare (sempre dal farmacista) un gel lubrificante da mettere la sera prima di andare a dormire.**

Agire d'anticipo la sera Una volta struccate, applicate una crema specifica o un siero e **realizzate un massaggio con movimenti circolari ed esercitando una certa pressione in modo da drenare i liquidi (ma non esagerate, la pelle è molto sottile e delicata).** Cercate di farlo tutte le sere: bastano due minuti e i risultati saranno immediatamente visibili.

In caso di necessità il ghiaccio è il migliore alleato Usare la busta di piselli surgelati sarà efficace ma non è molto glamour (e neppure igienico): **procuratevi una di quelle mascherine di plastica che contengono gel da tenere in freezer e applicatele quando avvertite gonfiore. In alternativa potete utilizzare due cucchiaini o due bustine di camomilla (bagnate e strizzate) tenute al fresco per almeno dieci minuti.**

Al mattino meglio i patch Se al risveglio lo sguardo appare affaticato applicate subito dei **patch in idrogel** (meglio se tenuti in frigorifero): **il tocco freddo aiuterà a sgonfiare mentre le sostanze idratanti di cui sono imbevuti aiuteranno a levigare e migliorare l'aspetto del contorno occhi.**

Il correttore è il vostro best friend Quindi **scegliete la formula e consistenza più adatta:** se siete molto stanche evitate formule pastose ed estremamente coprenti, finireste per peggiorare la situazione e renderla ancora più ovvia. **Meglio una texture meno pigmentata ma più light e idratante.**

L'articolo [Come avere uno sguardo riposato](#) sembra essere il primo su [Glamour.it](#).