

tutto sulle **creme**

Domande e risposte per chiarire alcuni dei dubbi più comuni e per conoscere meglio l'alleato numero uno della bellezza

Idratanti e creme anti-età. Sieri e trattamenti per la notte. I cosmetici per il viso oggi a disposizione sono davvero tanti e sceglierli, a volte, può non essere facile. Il dottor Antonino Di Pietro, specialista in dermatologia, ci aiuta a conoscerli meglio e a risolvere i dubbi più comuni sulla loro scelta e il loro utilizzo.

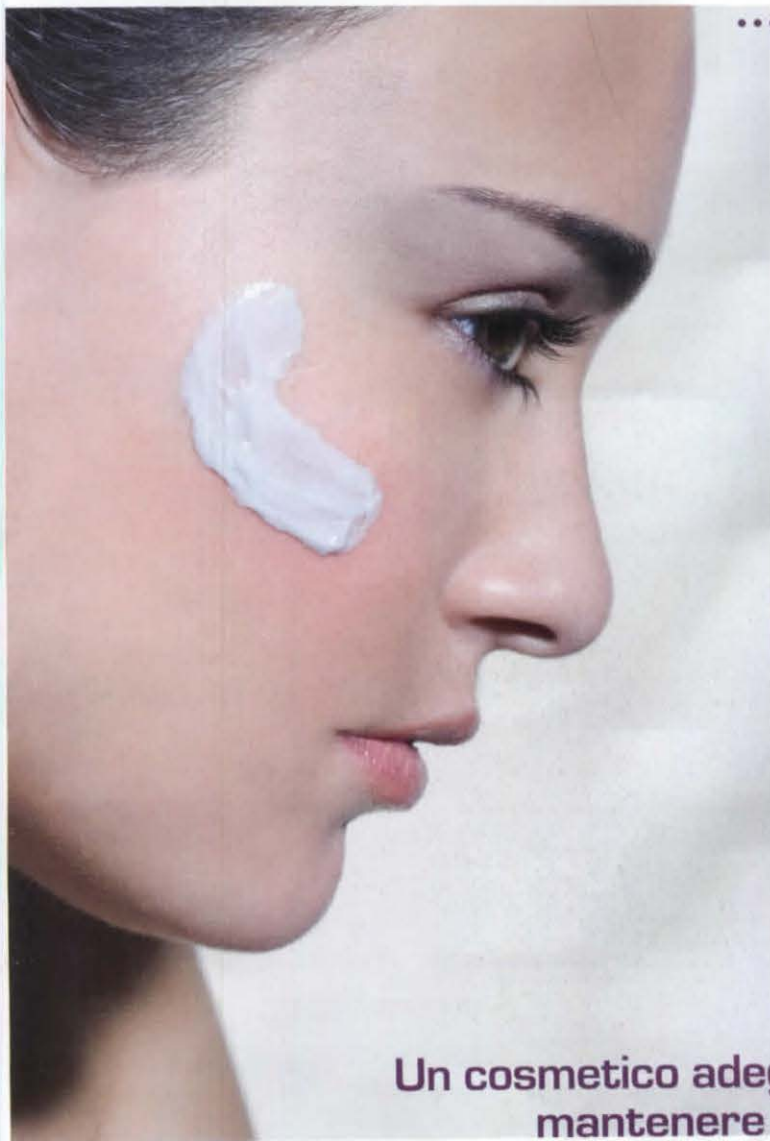
Come si sceglie una crema cosmetica?

«Non a caso. I fattori che entrano in gioco sono tanti, primo il tipo di pelle: normale, secca, grassa o sensibile che sia, ogni epidermide può trovare il prodotto che meglio risponde alle sue esigenze, sia per consistenza che per formulazione. Certo, conoscere il proprio tipo di pelle non è immediato e per questo il consiglio di un dermatologo può essere prezioso».

Qual è il momento adatto per passare dalla semplice crema idratante a un prodotto anti-età?

«Non è semplice stabilirlo. Bisogna tenere conto infatti che l'età cutanea non sempre coincide con quella anagrafica: ci sono pelli che, per dotazione genetica ma anche per cattive abitudini come il fumo e l'esposizione non protetta al sole, invecchiano prima di altre. In ogni caso dal momento che anche per la cura della pelle vale il discorso della prevenzione, attorno ai trentacinque anni si può cominciare a investire in un anti-età come assicurazione di giovinezza per il futuro. È utile quindi ricorrere a un antiage specifico per contrastare i primi segni del tempo su una pelle ancora giovane».

Un cosmetico adeguato per mantenere la pelle fresca ed elastica



Di notte è sempre necessario mettere il cosmetico?

«Sì, ma scegliendo il prodotto giusto.

Le creme per la notte spesso sono formule superattive che si propongono di riparare i danni che la pelle subisce di giorno. In realtà la cute ripara i danni nello stesso momento in cui questi avvengono mettendo in atto gli eccezionali meccanismi di riparazione che la natura ha previsto per preservare l'equilibrio cutaneo. Avrebbe quindi senso applicare le creme più ricche di principi attivi di giorno quando le cellule, aggredite dalla luce e altri agenti esterni, ne hanno più bisogno. Di notte invece la pelle ha bisogno di riposare. Ipernutrirli prima di coricarsi è come fare un'abbuffata a cena: l'indigestione è assicurata; meglio quindi applicare una crema leggera, calmante e idratante per far riposare le cellule dopo una pesante giornata di stress».

Le creme da giorno con fattore di protezione solare si usano solo in estate?

«I raggi Uva, i principali nemici della giovinezza della pelle, sono presenti in tutte le stagioni dell'anno, anche in inverno, penetrando persino la cortina delle nuvole e

passando attraverso i vetri. È per questo che le creme da giorno dovrebbero sempre, in qualsiasi stagione, contenere filtri solari con un fattore di protezione non inferiore a 10».

DALL'IDRATANTE ALL'ANTIETÀ

Le creme per il viso sono la miglior assicurazione di bellezza per la pelle: ne mantengono l'equilibrio e stimolano le funzioni vitali. La routine cosmetica prevede quindi, sin dalla giovane età, l'utilizzo regolare di un trattamento viso, mattina e sera. Il prodotto base è l'idratante: in crema, in fluido, in siero super-concentrato, è adatto a tutte le pelli, anche a quelle grasse, e ha

la funzione importantissima di preservare il tasso ottimale di idratazione dal quale dipendono l'elasticità, la morbidezza e la luminosità della cute.

AZIONE PIÙ INTENSA

Gli anti-età sono invece per definizione i prodotti che aiutano a prevenire e contrastare i segni del tempo, dalle rughe alle macchie, dai cedimenti alla

perdita di luminosità. Senza trascurare l'idratazione, primo gesto di giovinezza per l'epidermide, gli anti-età allargano il raggio di azione: rafforzano la barriera cutanea, neutralizzano i radicali liberi, stimolano il rinnovamento cellulare, proteggono le fibre elastiche e ne attivano la produzione.

È giusto cambiare texture a seconda della stagione?

«Con le stagioni cambiano le esigenze della pelle e cambiano anche i cosmetici da usare.

In estate occorrono formule ricche di agenti idratanti, antiossidanti e filtri schermanti ma leggere in consistenza, come fluidi, gel ed emulsioni, per lasciare respirare la pelle evitando che si surriscaldi. In

inverno invece per contrastare l'azione inaridite e irritante di freddo e smog servono creme ricche che potenzino l'idratazione e il nutrimento, con vitamine e ceramidi per creare una barriera difensiva, antiossidanti e flavonoidi per rinforzare i capillari prevenendo gli arrossamenti».

I trattamenti quotidiani curano e difendono dagli agenti esterni

Le creme hanno una scadenza?

«I componenti delle creme possono alterarsi con il tempo e provocare irritazioni alla cute. Per legge i cosmetici devono riportare la data di scadenza se hanno una durata inferiore ai trenta mesi dalla produzione. In caso contrario fa fede il PAO, vale a dire il periodo post apertura: indicato con il simbolo di un vasetto aperto, suggerisce l'arco di tempo entro il quale il prodotto può essere usato, dopo averlo aperto, in piena sicurezza per la pelle. Il consiglio: scrivere sempre sulla confezione la data di apertura per non dimenticarla. E se si hanno dubbi verificare bene che il prodotto non presenti odore o colore alterati».

È utile cambiare ogni tanto il cosmetico per stimolare meglio la pelle con nuovi ingredienti?

«Non esiste un fenomeno di assuefazione alle creme. Usare però lo stesso prodotto per molto tempo non è corretto: i cambiamenti legati all'età determinano nuove esigenze e

suggeriscono l'utilizzo di prodotti specifici. Ci possono essere poi momenti particolari nei quali la pelle ha bisogno di cure intensive; è bene allora assecondarla cambiando il tipo di trattamento».

Può bastare un solo prodotto per soddisfare esigenze diverse

Bisogna sempre usare creme specifiche per la delicata zona del contorno occhi?

«La pelle del contorno occhi è più sottile e fragile rispetto a quella del resto del viso e per questo necessita di prodotti specifici. Da giovani può bastare una crema leggera extra idratante per preservare l'elasticità della cute e prevenire la formazione delle rughe. Con il tempo si passa a gel e fluidi arricchiti con complessi antiossidanti e acido ialuronico per proteggere e rimpolpare i tessuti e successivamente a formule che al pool di attivi associano sostanze filmogene a effetto tensore immediato».

FORMULE NUOVE

L'innovazione è il punto di forza della moderna cosmetica. La partita si gioca innanzitutto sul fronte degli attivi dove la ricerca di nuovi principi, sempre più performanti, è costante e capillare. La natura, dal mondo vegetale a quello marino, resta il territorio d'elezione in cui muoversi. Ma non il solo, visto che la cosmetica si è avventurata persino nel campo della genetica sino alle staminali per sfruttare l'infinito potenziale di rinnovamento racchiuso nelle cellule madri.

OBIETTIVO: PELLE SANA E VITALE

Insieme alle formule, aumentano anche le modalità di intervento dei cosmetici molti dei quali si utilizzano come trattamenti globali, in grado di soddisfare con un solo prodotto più esigenze, formule "tutto in uno" che idratano e allo stesso tempo contrastano i segni del tempo, migliorano la grana della pelle, illuminano e risvegliano il colorito. Con un unico obiettivo finale: ricreare la pelle ideale, bella ma soprattutto sana e vitale.

La pelle può "rifiutare" una crema?

«Una crema deve fare bene la pelle quando la si applica. Se si avvertono pizzicore e sensazione di fastidio significa che il prodotto scelto non è adatto. Meglio non insistere per evitare il rischio di allergie. Quello delle irritazioni da cosmetico peraltro è un fenomeno in aumento per colpa di stress e ansia che rendono la pelle ipersensibile e vulnerabile. Un modo per testare se un prodotto non è gradito alla pelle? Metterne un po' sull'avambraccio e coprire per almeno 24 ore. Se la cute non reagisce, tutto ok: lo si può usare senza rischio».



La crema si mette anche su collo e décolleté?

«Spesso lo si dimentica, eppure queste due zone fragili hanno bisogno di attenzioni per evitare che si segnino precocemente. Al momento di stendere la crema sul viso è bene metterla anche su collo e décolleté, con delicati sfioramenti. Più in là con gli anni, in presenza di cedimenti visibili, vale la pena di sostituire la crema per il viso con un trattamento specifico ad azione densificante e tonificante».

Alberta Mascherpa