marieclaire

Mensile

Data 09-2018
Pagina 327/28
Foglio 1 / 2

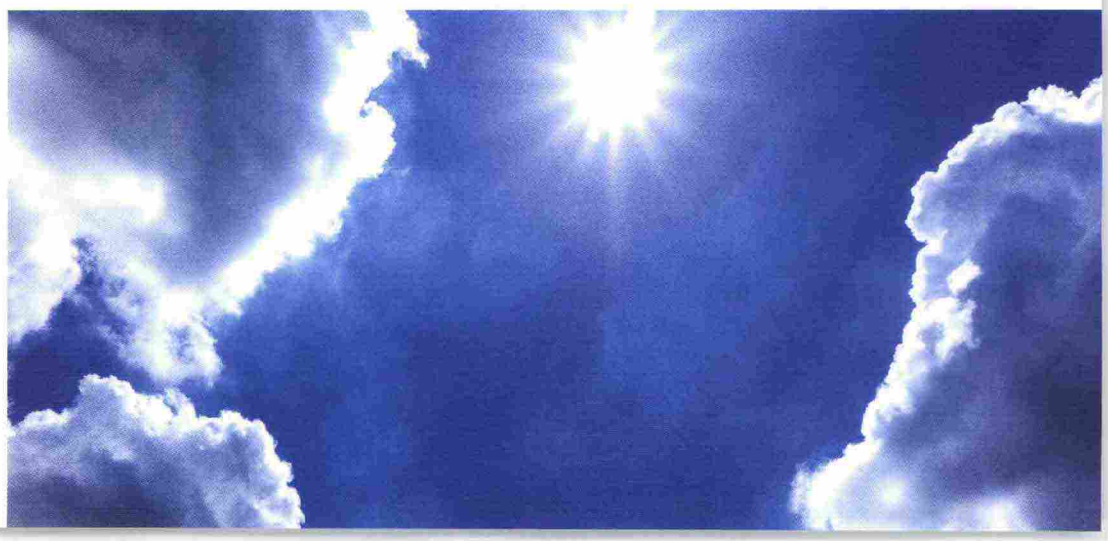
Senza macchia

Lo sappiamo tutte, bisogna proteggere la pelle. Ma succede anche alle più diligenti di allentare le difese e abbandonarsi ai raggi del sole senza pensieri e senza filtri. Dopo, però, ci si ritrova a fare i conti con le conseguenze. Tranquille, eliminarle è possibile

di *Anna Alberti*

PRESCRIZIONI A TAVOLA
«Dopo il pieno di verdura e frutta color giallo/arancio, a settembre è il momento di puntare su cibi dall'azione riparatrice», consiglia la dottoressa Diana Scatozza, specialista in scienze dell'alimentazione a Milano. «Quindi sì a verdure color rosso come peperoni e pomodori (con licopene, più biodisponibile con la cottura) e verde come lattuga, broccoli, rucola. Inoltre frutta ricca di vitamina C come kiwi, agrumi. Utilissimi gli acidi grassi di semi e frutta secca».

AL NATURALE, ZERO MAKEUP, una spruzzata di efelidi, un colorito sano e ambrato che copre le imperfezioni... Con la pelle dorata ci sentiamo subito più in forma. E per quanto diligenti, lo zelo anti Uv dopo un po' si allenta. Il risultato è che il pieno di raggi solari - non sempre filtrati dalla protezione adeguata - a fine estate spesso lascia dietro di sé lentiggini, macchie e aloni scuri difficili da cancellare quando l'abbronzatura sparisce. «Sono accumuli di melanina, il pigmento che dona il colore scuro e quindi protezione alla cute esposta ai raggi», spiega Magda Belmontesi, dermatologa dell'Università di Pavia e docente alla Scuola Superiore di Medicina a indirizzo Estetico Agorà di Milano. «Negli ultimi anni sono in grande aumento, anche per via delle nuove abitudini e di quelle abbuffate di sole a cui nessuno vuole più rinunciare. Capitano infatti più facilmente in inverno quando esageriamo con lampade solari e vacanze caraibiche, oppure quando alterniamo weekend estivi selvaggi a settimane blindate in ufficio, insomma tutte le volte che non lasciamo alla pelle il tempo di produrre gradualmente la melanina», spiega la dermatologa. «Di solito questa pigmentazione di troppo viene eliminata spontaneamente grazie a meccanismi di autoregolazione della pelle. Ma alcuni fattori come gli ormoni della pillola o della gravidanza, l'uso di alcuni farmaci e il fotoaging - l'invecchiamento delle cellule accelerato dalla luce - possono interferire o mandare in tilt questo sistema». Se scrub, detersione profonda e maschere a domicilio non sono sufficienti a cancellare queste ombre, conviene affidarsi a un dermatologo. «Per le macchie più comuni, che talvolta in- →



Codice abbonamento: 112296

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

cancellare le tracce

ALTERNATIVA COSMETICA
Prima di passare a trattamenti più impegnativi, in farmacia non mancano le proposte per cancellare ombre e dare più luce a volto e décolleté.
Istantanea
Lierac Lumilogie, maschera illuminante uniformante. Con papaina e tè bianco, per esfoliare e combattere lo stress ossidativo (33,00 €).
Uniformante
Eau Thermale Avène D-Pigment Leggera. Con melanide e retinaldeide, stimola il rinnovamento epidermico (34,00 €).
Intensivo
La Roche-Posay Pigmentclar Serum è un trattamento d'attacco per viso e décolleté ad azione anti-macchia, migliora il colorito spento e la perdita di omogeneità (35,00 €).
Illuminante
Filorga Pigment-White Trattamento Uniformante (macchie più luminosità). Con minerali cristallini che attenuano otticamente le ombre scure ed esilresorcinolo depigmentante (62,00 €).

sorgono nelle donne dal fototipo mediterraneo che prendono la pillola o aspettano un bimbo - si chiamano cloasma o melasma - e per le lentigo legate al fotoaging, funzionano bene le cure dermocosmetiche. Per cominciare, al mattino consiglio un siero antiossidante con vitamina C abbinato a floretina, che insieme hanno un effetto schiarente e uniformante. Poi una crema da giorno idratante e rigenerante con acido maltobionico o acido lattobionico, che includa anche un filtro solare. La notte invece bisogna lavorare sul turnover epidermico, con trattamenti a base di alfaidrossiacidi o di retinolo ad azione esfoliante, capaci di rimuovere i depositi di melanina nei cheratinociti. Nei casi in cui la pelle è più segnata e macchiata può essere utile un peeling al retinolo ad alta concentrazione, da fare dal dermatologo: in base all'entità del problema la cura si può ripetere fino a 3 o 4 volte, con un intervallo di sei settimane tra l'una e l'altra».

SE SERVE UN'AZIONE PIÙ DECISA

Cosmetici e peeling non sempre sono sufficienti, soprattutto per quelle piccole macchie brune sulle mani di supersportive tipo golfiste, tenniste, canoiste, runner o cicliste che non amano i guantini. «Si tratta di lentigo, sempre più frequenti nelle over 40 amanti delle attività open-air: in questi casi può essere utile una seduta di luce pulsata medicale - ILP, Intense Pulsed Light - sia sulle mani sia su viso e décolleté», prosegue Magda Belmontesi. «Il principio è quello della fototermolisi selettiva, cioè di un fascio di luce che colpisce il difetto cromatico senza danni alla pelle circostante. Questo trattamento stimola la formazione di nuovo collagene, e migliora trama e luminosità della pelle. Sconsiglio invece il laser, specie per i fototipi mediterranei: il rischio di successive iperpigmentazioni - ancora macchie!-, non giustifica il tentativo». Ci sono casi in cui l'occhio di uno specialista diventa davvero indispensabile: «Se le macchie persistono da oltre un anno, sono ruvide al tatto e tendono a desquamarsi, o sono irritate e prudono, vanno osservate da vicino con il dermatoscopio», spiega Antonino Di Pietro, direttore scientifico dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis di Milano. «Con ogni probabilità si tratta di cheratosi attiniche, piuttosto comuni dopo i 45 anni nelle persone che trascorrono molto tempo all'aperto. In un piccolo numero di casi queste lesioni possono nascondere - o precedere - un tumore della pelle piuttosto diffuso, l'epitelioma, fortunatamente sempre confinato a livello cutaneo», continua il dermatologo. «Fino a pochi anni fa il consiglio classico era quello di tenere semplicemente sotto controllo le cheratosi con una visita annuale. Oggi invece preferiamo giocare d'anticipo, eliminandole subito. Con creme cheratolitiche che accelerano il ricambio cellulare, da applicare a casa per qualche mese. Oppure con una terapia fotodinamica da effettuare in un centro specialistico o, ancora, con il laser. In questo modo facciamo prevenzione, e nel contempo eliminiamo anche qualche piccolo cruccio estetico».

GRATIFICAZIONI DI FINE ESTATE

Fatti i compiti legati alla prevenzione, per chiudere la stagione in bellezza la medicina estetica propone nuovi trattamenti soft capaci di restituire freschezza e luce al viso provato da sole e vento. «Per stimolare il turnover cellulare e la produzione di nuovo collagene suggerisco un peeling piacevole e delicato», spiega Dvora Ancona, specialista in medicina estetica e docente di laserterapia all'Università di Pavia. «Due azioni sinergiche garantite da un mix di acido salicilico, glicolico e lattico, un cocktail creato da specialisti brasiliani. Al termine dell'applicazione di pochi minuti, il peeling viene rimosso, la cute detersa e infine super-idratata con una maschera alla vitamina C. Il risultato è una pelle rosea e luminosa. Come quella di un bambino». ○

I PREZZI SONO INDICATIVI

Codice abbonamento: 112296

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Si parla di noi