

vuoi piacer ti di più

I RITOCCHINI in vista dell'estate

Vorresti rinfrescare il viso prima di andare al mare? Ecco i trattamenti antirughe dolci, senza bisturi e anestesia: dalle punturine riempitive alle vibrazioni indolori

Testo di **Laura Amoroso**
Foto di **Phillip Toledano**

Vuoi arrivare all'estate con un viso più fresco? Non è troppo tardi. Certo, devi rinunciare al laser, perché è controindicato prima dell'esposizione al sole. Ma ci sono una serie di trattamenti antirughe che puoi fare anche a ridosso delle vacanze nell'ambulatorio del dermatologo o del chirurgo plastico. Niente di invasivo, al contrario: tecniche soft, senza bisturi, senza anestesia e senza effetto permanente. Insomma, metodiche che non ti stravolgono i connotati. Ecco quelle di ultima generazione, illustrate con la consulenza di Antonino Di Pietro, direttore del servizio di dermatologia plastica dell'ospedale di Inzago (Milano). Per ciascuna trovi costi, durata dell'effetto e avvertenze.

RADIOFREQUENZA: adatta alle rughe poco profonde della fronte, è totalmente indolore. Come funziona? Si passa sulla zona da trattare, per qualche minuto, un apparecchio che causa vibrazioni molecolari (si avverte come un riscaldamento del tessuto cutaneo). Così si ottiene una stimolazione dei tessuti con la formazione di fibre collagene, un effetto lifting di stiramento e compattamento della pelle.

- **Quando:** dai 40 anni in su.
- **Dove:** fronte.
- **Quanto:** 4-5 sedute con cadenza settimanale.
- **Costo medio a seduta:** da 150 euro.
- **Durata dell'effetto:** circa sei mesi.
- **Attenzione a...** La radiofrequenza è controindicata su cute infiammata. In rari casi la pelle può arrossarsi o irritarsi.

RADIOFREQUENZA FRAZIONATA: si tratta di una corrente elettrica più potente della radiofrequenza che scalda i tessuti intorno alle labbra stimolando la produzione di collagene. Il passaggio della corrente viene frazionato per non rischiare ustioni sulla pelle. Il medico può applicare un anestetico locale sotto forma di crema.

- **Quando:** dai 40 anni in su.
- **Dove:** contorno labbra.



Le tecniche bandite in vacanza

Iniezioni di acido ialuronico o radiofrequenza sono trattamenti che puoi fare anche poco prima di andare al mare. Devi rinunciare invece ad altre tecniche, controindicate quando la pelle si espone al sole. Ecco su quali trattamenti puoi optare al rientro dalle ferie, fra ottobre e marzo.

■ **Fotobiostimolazione:** adatta alle rughe superficiali di tutto il viso. Ci si espone per dieci minuti a particolari lampade da volto che emanano una luce vicina ai raggi infrarossi, ma che non scalda e non brucia la pelle. Viene sfruttata la capacità della particolare lunghezza d'onda della luce (da 600 nanometri in su) di attivare i fibroblasti, le cellule che compongono il tessuto connettivo, e la pelle appare più tesa.

■ **Trattamenti laser.** Si usano laser di vari tipi (Erbium, CO₂, Resurfacing, Neodimio Yag, anche in versione frazionata) e, a seconda del fascio di luce impiegato, si ottengono diversi risultati: ricambio degli strati superficiali della pelle con l'Erbium, rigenerazione delle cellule, con produzione di nuovo collagene, con il CO₂ e il Neodimio Yag.

■ **Luce pulsata:** è simile al laser e si pratica con un'apparecchiatura, passata sulla parte da trattare, che emette un particolare fascio luminoso. È una tecnica di ringiovanimento indicata per le rughe superficiali che si innescano la produzione di collagene e il ricambio cellulare, con un effetto che dura da sei a 12 mesi.

■ **Needling:** indicata per le rughe profonde, è detta anche biorimodellamento meccanico. Grazie a molti e sottilissimi aghi, inseriti in una specie di rotella (chiamata dermaroller), che viene fatta passare sull'epidermide, si creano delle minuscole ferite. Si attivano così i processi di autoriparazione della pelle e con essi si stimola la formazione di nuovi fibroblasti e di collagene.

- **Quanto:** due-tre sedute, ogni due settimane.
- **Costo medio a seduta:** 200 euro.
- **Durata dell'effetto:** due-tre anni. Si può integrare con qualche seduta di laser frazionato (copo l'estate) per migliorare e mantenere il risultato.
- **Attenzione a...** Non si può fare su cure infiammatorie. Possono comparire arrossamenti o gonfiori lievi che si riducono nel giro di qualche giorno.

PEELING CHIMICO: serve a eliminare le cellule morte dello strato più superficiale della pelle. Si può fare su tutto il viso con un preparato a base di acido glicolico, acido cogico, acido salicilico. Uno dei più recenti trattamenti di peeling per il collo è l'enerpeel neck, che utilizza un mix di acido piruvico, acido lattico e acetilglucosamina. L'esfoliazione leggera che si ottiene con questi peeling stimola la produzione di collagene e aumenta l'idratazione dell'epidermide.

- **Quando:** dal 30 anni in su.
- **Dove:** tutto il viso e collo.
- **Quanto:** due-tre sedute ogni una-due settimane.
- **Costo medio a seduta:** 100-300 euro, a seconda della zona da trattare.
- **Durata dell'effetto:** da tre a sei mesi per fronte e collo; circa un anno per solchi nasolabiali e labbra.
- **Attenzione a...** La sostanza impiegata dev'essere calibrata da mani esperte sul tipo di pelle oppure c'è il rischio di infiammazioni e successive

iperpigmentazioni. Il peeling chimico non è indicato su cute infiammata. Possono esserci desquamazioni che scompaiono nel giro di qualche giorno. Niente sole per almeno 15 giorni dalla fine del trattamento per il collo.

FILLER DI ACIDO IALURONICO: indicati per zampe di gallina, solchi naso-labiali e rughe profonde di fronte e contorno labbra. Si inietta un acido ialuronico naturale lungo le rughe da trattare, cercando di riempirne il fondo in modo non artefatto. Con un ago fine come un capello, inserito a circa un millimetro di profondità, il medico inietta la sostanza in quantità leggermente superiore a quella necessaria per spianare la ruga. Perciò subito dopo il solco appare lievemente rigonfio. Il filler gradualmente si espande e viene assorbito dal tessuto cutaneo: il rilievo tende quindi ad appiattirsi fino ad apparire livellato nel giro di cinque-sei ore.

- **Quando:** dai 40 anni in su.
- **Dove:** contorno occhi, solchi naso-labiali, labbra e contorno labbra, fronte.
- **Quanto:** un paio di sedute a distanza di un mese.
- **Costo medio a seduta:** 600-800 euro.
- **Durata dell'effetto:** quattro-sei mesi per gli occhi; fino a un anno per solchi nasolabiali e labbra.
- **Attenzione a...** Possono formarsi piccole ecchimosi che spariscono in quattro-cinque giorni. Per trattare i solchi nasolabiali, se l'acido non viene iniettato esattamente lungo la linea della piega

Visti in farmacia



Crema Aloedermal antirughe occhi e labbra di **Esi** (in farmacia, parafarmacia ed erboristeria a 28 €); aloedermal.com



Revidox, integratore antiossidante antiage di **Difa Cooper** (in farmacia e parafarmacia a 49,50 €); revidox.it



Nistex lip conditioner, levigante labbra di **Consulteam** (in farmacia, parafarmacia e profumeria a 6,50 €); consulteam.com



Equitydra, trattamento notte antirughe-antietà in crema, di **Lichtena** (in farmacia a 32,50 €); lichtena.it

cutanea, può verificarsi un rigonfiamento che dura anche un mese, ma si riassorbe massaggiando la parte trattata.

BIOSTIMOLAZIONE CUTANEA CON ACIDO IALURONICO:

è una tecnica basata su microiniezioni di acido ialuronico puro (o di un suo precursore, come la glucosamina), che si effettuano su tutto il viso, il collo e il décolleté con aghi molto sottili a due-tre millimetri di profondità nel derma. La sostanza base, cui spesso vengono aggiunte vitamine o aminoacidi, ha un effetto ristrutturante immediato. Iniettata nella zona di Grenz, la fascia più superficiale del derma, la idrata in profondità. In più, riattiva i fibroblasti, le cellule del derma responsabili della sintesi delle fibre collagene, migliorando la struttura della pelle e aumentandone il turgore e l'elasticità. Per il trattamento non va impiegato acido ialuronico cross-linkato, cioè trattato, che viene invece usato come filler riempitivo su zigomi, solchi naso-labiali e fronte.

- **Quando:** dai 40 anni in su.
- **Dove:** tutto il viso, collo e décolleté.
- **Quanto:** una seduta ogni 15 giorni, per almeno quattro-cinque sedute.
- **Costo medio:** dai 500 euro a seduta, a seconda della zona da trattare.
- **Durata dell'effetto:** fino a sei mesi.
- **Attenzione a...** Solo in rarissimi casi le iniezioni causano la rottura dei capillari.

PICOTAGE: è una tecnica per migliorare l'idratazione, il turgore, l'elasticità e la

levigatezza cutanea di tutto il viso, il collo e il décolleté. L'acido ialuronico naturale, attraverso microiniezioni indolori e molto superficiali a circa un millimetro di profondità, arriva fino alla zona di Grenz, quella dove le cellule epidermiche vengono ogni giorno distrutte dai raggi Uv e dove l'attività di riproduzione delle cellule cutanee è molto alta: così viene sfruttata al massimo la capacità della sostanza di attivare i fibroblasti del tessuto connettivo. Il risultato è pressoché immediato.

- **Quando:** dai 30 anni in su.
- **Dove:** tutto il viso, collo e décolleté.
- **Quanto:** un paio di sedute a distanza di un mese.
- **Costo medio a seduta:** 500-800 euro.
- **Durata dell'effetto:** tre mesi.
- **Attenzione a...** Le iniezioni sono molto superficiali e soltanto in rari casi la pelle, quando è molto sensibile, può rimanere lievemente arrossata per circa un'ora.

RIMAGE: è una terapia molto usata per correggere i volumi del volto. Si vanno a colmare i vuoti che col passare degli anni si creano lungo le guance, ai lati del naso, agli angoli della bocca. Lo si fa con appositi filler di acido ialuronico a diverse concentrazioni, iniezioni di un mix di collagene, acido ialuronico e acido polilattico (opportunamente dosati dal dermatologo). Con questa cura si rimedia anche al mento che diventa sfuggente e agli zigomi che si abbassano.

- **Quando:** dai 40 anni in su.

- **Dove:** zigomi, mento e labbra.
- **Quanto:** due sedute a distanza di un mese l'una dall'altra.
- **Costo medio a seduta:** 600-800 euro.
- **Durata dell'effetto:** circa un anno.
- **Attenzione a...** Per evitare di creare rigonfiamenti, il dermatologo dovrà studiare il materiale adatto al tipo di pelle. Non va praticato su cute infiammata.

TOSSINA BOTULINICA. Le iniezioni di botulino, consentite in Italia solo per le rughe verticali tra le sopracciglia, hanno un effetto distensivo perché la tossina paralizza le fibre muscolari responsabili della mimica facciale. Il botulino dev'essere iniettato da mani esperte, nelle dosi giuste e nella formulazione approvata dal ministero della Salute. Perché? La tossina botulinica è un farmaco e come tale va somministrato seguendo le istruzioni riportate sul bugiardino.

- **Quando:** dai 35 ai 65 anni.
- **Dove:** rughe verticali fra le sopracciglia.
- **Quanto:** una seduta.
- **Costo medio a seduta:** da 800 euro circa.
- **Durata dell'effetto:** tre mesi.
- **Attenzione a...** Il botulino può avere effetti collaterali e le conseguenze della sua iniezione in zone ampie del volto non sono ancora accertate. Inoltre, può migrare dal punto di iniezione e circolare nel corpo con possibili reazioni indesiderate, da emicrania, nausea, fino a disturbi della vista e dolori muscolari. Non si può usare sotto i 18 anni, sopra i 65 e nemmeno in gravidanza.

La maschera fai da te alle ciliegie

Sapevi che le ciliegie sono in grado di contrastare le rughe del viso? La presenza di polifenoli e sali minerali garantisce un'azione localizzata anti-radicali liberi, dice Silvia Gatti, docente al master in scienze e tecnologie cosmetiche all'Università di Siena. Ecco la sua ricetta per una maschera che può aiutarti a splanare qualche ruga, a tonificare la pelle e a restituirle lucentezza. Frulla con il mixer 150 g di polpa di ciliegie mature e sode, fino a ottenere una purea. Aggiungi un cucchiaino d'olio extravergine d'oliva e applica su tutto il viso, lasciando in posa per 10-15 minuti. Poi sciacqua bene con acqua fredda.



Siero Multirepair, formula concentrata a effetto riempitivo, riparatore e liftante di Rilastil (in farmacia a 63 €); rilastil.com



Antirughe, unguento contro gli inestetismi dell'età di Aboca. In vendita a 39 € solo online sul sito abocashop.com



Urcadin fusion, fluido idratante per il rinnovamento cellulare del viso di Isdin (in farmacia a 19,75 €); isdin.com