

Il mercato della cosmesi è sempre più attento al mondo maschile. Non perché l'uomo sia diventato improvvisamente più vanitoso (lo è sempre stato), ma perché ha scoperto quanto la cura del corpo sia importante per il suo benessere. E anche perché le donne sono particolarmente sensibili ad una pelle tonica e luminosa

di Andrea Bedetti

A photograph of a man with dark hair, shirtless, wearing a white towel around his neck. He is smiling and looking into a hand mirror he is holding in his left hand. His right hand is near his face, touching his cheek. The background is a plain, light-colored wall.

Anche l'uomo
vuole salvarsi la pelle

Negli ultimi anni gli uomini hanno conquistato una grossa fetta del mercato cosmetico, grazie a centri estetici maschili sempre più numerosi, a trattamenti dedicati in beauty farm, alla chirurgia plastica, oltre che a linee di prodotti studiati apposta per loro. Lo sviluppo di questo mercato (per un valore annuo che supera i 250 milioni di euro) non è stato determinato tanto da un improvviso aumento della vanità maschile, quanto dall'effettiva necessità di diversificare sia la cosmesi che la cura del corpo in base alle esigenze dei due sessi. La pelle maschile, infatti, è più grassa, più spessa, più robusta e tende a una maggiore produzione di cellule morte rispetto a quella femminile, come ci illustra uno dei maggiori specialisti del settore, il professor Antonino Di Pietro, noto dermatologo plastico a cui ricorrono numerose star dello spettacolo e della televisione.

“È vero. Strettamente legati a queste caratteristiche fisiologiche, troviamo nella pelle dell'uomo, soprattutto nel viso, dei problemi ricorrenti”, ci spiega il professor Di Pietro. “Ad esempio le borse sotto gli occhi, dovute al deposito di grasso in eccesso; la dermatite seborroica, che si manifesta con la tendenza a squamarsi quando la pelle è molto grassa; venozze e varici (causate dalla fragilità capillare) su naso e guance; le infiammazioni delle labbra; il rilassamento della zona sotto il mento; le irritazioni legate alla barba; il precoce invecchiamento della cute frontale (rughe orizzontali sulla fronte e sul contorno occhi, secchezza e macchie brune). Quest'ultimo problema, in particolare, è dovuto alla cattiva abitudine di esporsi al sole senza una protezione adeguata”.

Resta il fatto che gli uomini hanno ormai imparato a considerare la loro pelle non solo un importante fattore di benessere, ma anche un decisivo aspetto del loro fascino: è ormai dimostrato, come possiamo leggere nel box delle pagine seguenti, che un'epidermide maschile tonica, elastica, ben curata esercita sulle donne un'attrazione non minore di quella che la pelle femminile produce su noi uomini. E dunque vediamo, con l'aiuto del professor Di Pietro, come sia possibile, seguendo poche e semplici regole, migliorare la tonalità e la freschezza della nostra epidermide.

Radersi tutti i giorni, un vantaggio per la pelle

“Radersi spesso, anche tutti i giorni, aiuta a mantenere il viso più giovane e ad avere una pelle più luminosa ed elastica, perché il rasoio elimina le cellule morte, mantenendo di conseguenza l'epidermide più sana e luminosa. Quindi non è vero che la rasatura quotidiana danneggi la pelle, anzi evita anche la formazione degli antiestetici brufolotti causati dalla crescita disordinata del pelo, che noi medici chiamiamo follicolite. Per una perfetta rasatura consiglio di seguire queste semplici regole. Prima di tutto, tamponare il viso con un panno caldo e bagnato, visto che il calore e l'umidità dilatano i pori e ammorbidiscono i peli permettendo alla lama del rasoio di scorrere più facilmente senza provocare arrossamenti e irritazioni. Pulire sempre accuratamente il rasoio prima di ogni rasatura. Preferire una schiuma - o un gel o una mousse - densa e corposa, meglio se arricchita con sostanze emollienti e grasse. Sciugare sempre bene il viso dopo aver fatto la barba. Infine, stendere un idratante ricco di principi attivi, come il delta lattone, che vanta importanti proprietà

Gli uomini hanno ormai imparato a considerare la loro pelle non solo un importante fattore di benessere, ma anche un decisivo aspetto del loro fascino.



idratanti sia in superficie che in profondità, e la glucosamina, una sostanza naturale che le cellule usano per fabbricare nuovo collagene, efficace per nutrire la pelle e aiutare a ricostruire la nuova pellicola protettiva.

Un'ultima cosa: per radersi va bene anche il rasoio elettrico, il cui uso non è sconsigliato, neppure se si soffre di pelle ipersensibile, a patto però che si controlli frequentemente lo stato delle testine".

Lo stress dei manager influisce sulla pelle

"La pelle degli uomini è più robusta di quella femminile, ma presenta anche un piccolo handicap: dal momento in cui ha inizio il processo d'invecchiamento, la pelle comincia a segnarsi più facilmente e in modo più profondo rispetto a quella delle donne, specialmente

nelle zone critiche, com'è il contorno degli occhi. È qui, infatti, che si formano le caratteristiche "borse", le zampe di gallina e quelle brutte occhiaie che conferiscono al volto maschile un aspetto stanco e rendono opaca l'espressione. Per cercare di ovviare a questo problema e per rallentarne la formazione, è consigliabile utilizzare dei comodi roll-on dalla texture molto fresca e fluida, che impediscono alla pelle di diventare troppo grassa".

"Ancora oggi la maggior parte degli uomini preferisce il sapone solido a qualsiasi altro prodotto più delicato per lavarsi il viso e le mani. È un errore molto comune, dovuto a una consuetudine sbagliata, perché l'uso quotidiano di prodotti aggressivi come il sapone non fa altro che provocare l'eliminazione delle protezioni naturali della pelle, rendendo l'epidermide più esposta non solo allo smog e allo stress,

Visto dalla parte di lei

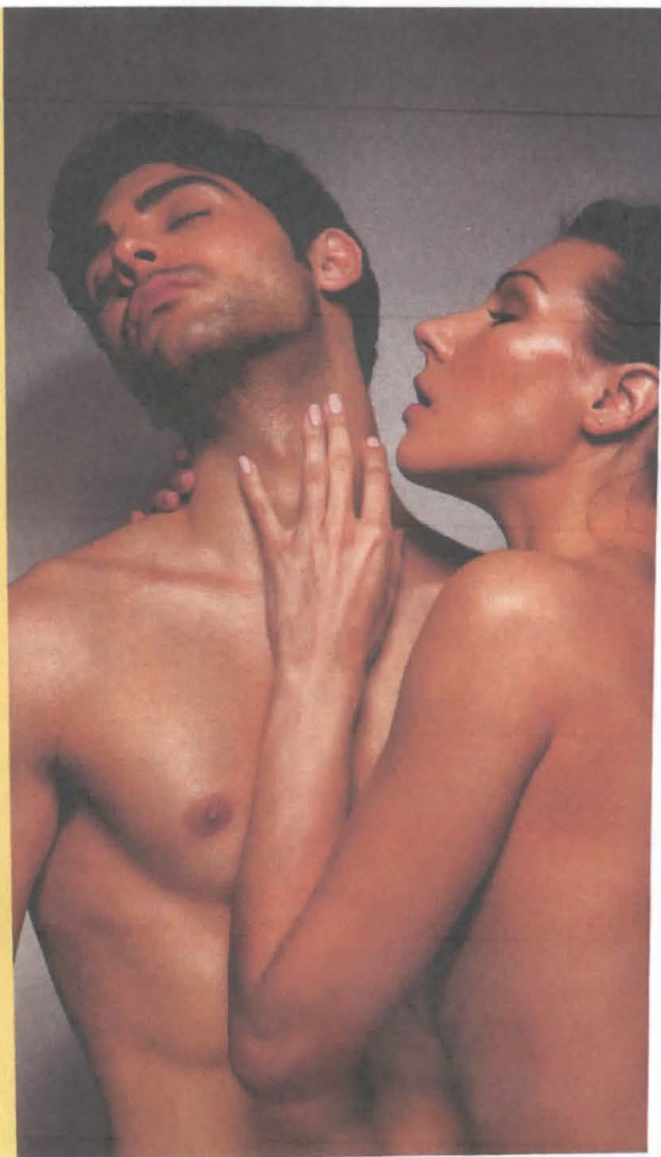
La pelle dell'uomo e l'eros

Liscia o ruvida, depilata o irsuta, chiara o scura, profumata o "nature". L'importante è che sappia "di maschio".

di Francesca Genovesi

L'attrazione sessuale nasce a tavola

Cantava qualche anno fa Gianna Nannini, aggiungendo in una strofa "dammi tutto il tuo sapore, no ti prego non ti insaponare...". Cattivo odore ed eros difficilmente vanno a braccetto, ma se un uomo ha di suo una profumazione dell'epidermide gradevole, molte donne lo prediligono "nature", solo impregnato del suo odore naturale, che forse non tutti sanno, non dipende solo da fattori genetici o dalle ghiandole apocrine, ma può venire influenzato anche da ciò che mangia. Non tutti sanno che per avere un profumo naturale leggermente esotico ed erotico si possono mangiare ananas e zenzero. Ma anche i frutti rossi, soprattutto i mirtili che purificano la pelle regolando l'acidità e la sudorazione eccessiva. Mentre andrebbero evitati, o limitati, le carni rosse, l'aglio, la cipolla, gli asparagi, i formaggi stagionati e i latticini che, essendo ricchi di grassi,





Le occhiaie sono uno dei primi segnali di affaticamento.

ma anche al freddo e al vento. Le mani, per esempio, soffrono molto gli sbalzi di temperatura e andrebbero lavate con detergenti dal pH naturale e poco invasivi. Attenzione anche ad asciugarle bene, in modo da non provocare ulteriore disidratazione a contatto con gli agenti atmosferici”.

“La dermatite seborroica è uno dei disturbi maschili più comuni, che spesso provoca macchie antiestetiche, con conseguente disagio psicologico. Questo disturbo è legato a fattori ormonali che provocano nelle ghiandole sebacee una eccessiva stimolazione. Si manifesta con chiazze desquamanti e arrossate ai lati del naso e sulle guance e, in alcuni casi, anche sullo sterno. Si tratta di un’affezione molto comune tra i manager, proprio perché si aggrava con lo stress e con gli stati di tensione nervosa. Può essere curata grazie a un principio attivo ▶

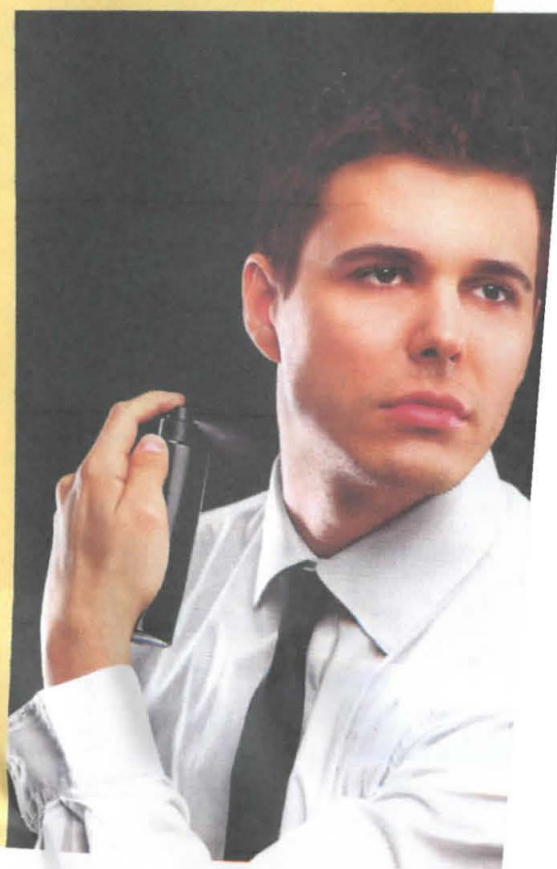
possono essere causa di un odore acre e non sempre piacevole, e le bevande alcoliche, che a causa della fermentazione degli zuccheri, potrebbero dare alla pelle un odore pungente. Quanto al sudore, invece le donne sono quasi tutte d'accordo. L'immaginario erotico del muratore muscoloso ed imperlato di goccioline di sudore è stato superato. Per riuscire a lasciarsi andare alla passione una bella doccia prima di qualsiasi approccio è indispensabile. A meno che a grondar sudore sia il fascinoso McConaughey, dopo il quotidiano running sulle spiagge di Malibù.

Un “profumo” che conquista

Ci sono uomini che “a pelle” suscitano, indipendentemente dai connotati estetici, una attrazione irresistibile. La “colpa” di questa alchimia è dei “feromoni”, parola che in greco significa “portante eccitazione”, che non sono altro che potenti particelle chimiche che vengono emesse sia dagli esseri umani che dagli animali per richiamare il sesso opposto e garantire, attraverso l'attrazione sessuale, la riproduzione della specie. Negli uomini i feromoni si producono e si emettono attraverso le ghiandole sudorifere, quindi più ci si lava, più si eliminano quelle sostanze che rendono irresistibili verso gli altri! Come fare allora per intensificare la forza di attrazione nei confronti del gentil sesso? Si possono utilizzare dei feromoni sintetici, che creati in laboratorio e spruzzati come un qualsiasi profumo sul collo o all'interno dei polsi, assicurano la stessa funzione attrattiva dei feromoni umani, facendo scattare una risposta a livello chimico-sensoriale, che agisce nel subconscio delle persone che si trovano nelle immediate vicinanze. Per saperne di più (ed eventualmente ordinare on line i propri feromoni) si può dare un'occhiata al sito www.feromoni.com.

Pelle... la mappa dell'eros

La pelle dell'uomo, sensibile al tatto, è una vera e propria mappa di punti che, se giustamente stimolati, provocano piacere. Oltre alle parti note (tutti sanno che la maggior parte delle zone erogene maschili è in prossimità degli organi sessuali), ci sono anche altre parti del corpo particolarmente ricche di terminazioni nervose che se stimolate aumentano il piacere sessuale. Così con leggere carezze, delicati morsi e ispezioni con la lingua, si potrà vedere il partner estasiato quando ci si avvicina anche a queste zone hot: palpebre, gomiti, palmi delle mani, lobi delle orecchie, nuca, spalle, dorso dei piedi, base della schiena, ma anche polpastrelli, ascelle, collo, polsi. Aveva proprio ragione Freud quando scriveva che: “in verità, tutto il corpo è una zona erogena...”.



che risulta efficace nel novanta per cento dei casi, l'Alukina: è una sostanza naturale che deriva dall'allume e presenta buone proprietà curative per questa forma di dermatite".

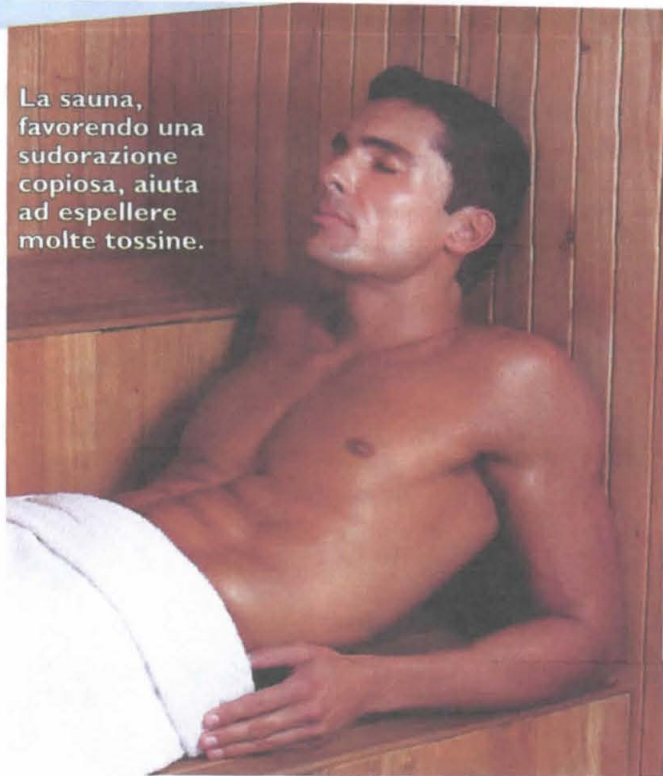
"Diciamolo chiaramente: tutti gli uomini vorrebbero un fisico asciutto e degli addominali a tartaruga, come quelli che si vedono nei film. Non è un caso, dunque, che fra i prodotti per il corpo riservati agli uomini, un posto di primo piano spetti proprio ai cosmetici che aiutano a rinforzare gli addominali, rendendo la pelle più tonica ed elastica. Tra i principi attivi più indicati ci sono sicuramente il coenzima Q10 e la vitamina E. Il primo, già presente nelle nostre cellule, è ricavato dalla soia e dai cereali e vanta proprietà antiossidanti, in quanto combatte i radicali liberi che sono responsabili dell'invecchiamento delle cellule. Piccole quantità di questo enzima assicurano buoni risultati, ma non si speri in un miracolo: per avere una pelle giovane e sana e migliorare la linea del corpo, l'attività fisica è insostituibile. Un altro importante aiuto può venire dalla dieta, che dev'essere sempre equilibrata. A tale proposito, vanno evitati in particolare i cibi salati, che trattengono i liquidi, e quelli troppo zuccherati".

Attività fisica per addominali a tartaruga

"Per mantenere l'aspetto giovanile del viso consiglio a tutti gli uomini di fare, una volta alla settimana, una maschera all'argilla, di detergere il viso tutti i giorni evitando l'acqua troppo calda e i saponi troppo aggressivi, infine di stendere, anche più volte al giorno, una crema idratante. Inoltre suggerisco di bere due

"La dermatite seborroica è uno dei disturbi maschili più comuni, che spesso provoca macchie antiestetiche, con conseguente disagio psicologico".

La sauna, favorendo una sudorazione copiosa, aiuta ad espellere molte tossine.



litri d'acqua ogni giorno e di aggiungere all'alimentazione quotidiana soia e mirtillo, oltre a sardine e merluzzo, pesci ricchi di Omega 3 e 6. In questo modo la pelle si manterrà idratata ed elastica, riducendo la solitamente eccessiva produzione di sebo, cioè di grasso, che è tipica degli uomini. A differenza di quella delle donne, l'epidermide maschile è più spessa e le ghiandole sebacee, stimolate dagli ormoni maschili, cioè gli androgeni, la rendono più grassa e più resistente. Se è vero che invecchia più lentamente, è anche vero che appare più lucida e con i pori dilatati, soprattutto nella cosiddetta zona "T", ossia quell'area che comprende la fronte, il naso e il mento. Una maschera all'argilla settimanale ha un effetto purificante e si può preparare anche in casa. Basta acquistare l'argilla in erboristeria e mischiarla in una ciotolina con l'amido di riso e un po' di acqua fino a quando diventa una specie di crema. A questo punto la si spalma sul viso e si aspetta quindici minuti, finché si secca. Sciacquare quindi con acqua tiepida".



Chi è il professor Antonino Di Pietro

Antonino Di Pietro, dermatologo plastico, è presidente e fondatore dell'Isplad - Società internazionale di dermatologia plastica-estetica e oncologica - di Milano. È anche direttore del dipartimento di Dermatologia dell'Ospedale di Inzago (MI), oltre che fondatore e direttore editoriale della rivista scientifica "Journal of Plastic Dermatology". Lo si può trovare nei seguenti siti internet: www.antoninodipietro.it e www.botulinfree.com.