Anno XI- N. 5 - Maggio 2002

Euro 3,20

TopSalute

IN REGALO
L'autoabbronzante all'aloe per il corpo
CHE IN PIÙ RINFRESCA E IDRATA

DOSSIER
NON RIESCI A RESTARE INCINTA?
13 metodi dolci dai medici della fertilità

GAMBE E FIANCHI
-5 cm IN UN MESE
a casa e senza stress

Acne addio
OGGI BASTA UN PEELING
PER FARLA SPARIRE

OMEOPATIA
PER LE DONNE i rimedi contro: cistite, ciclo, varici...

SEN DA FAVOLA
CON L'ENERGIA DEI FIORI

GENGIVE A RISCHIO?
FAI SUBITO IL TEST

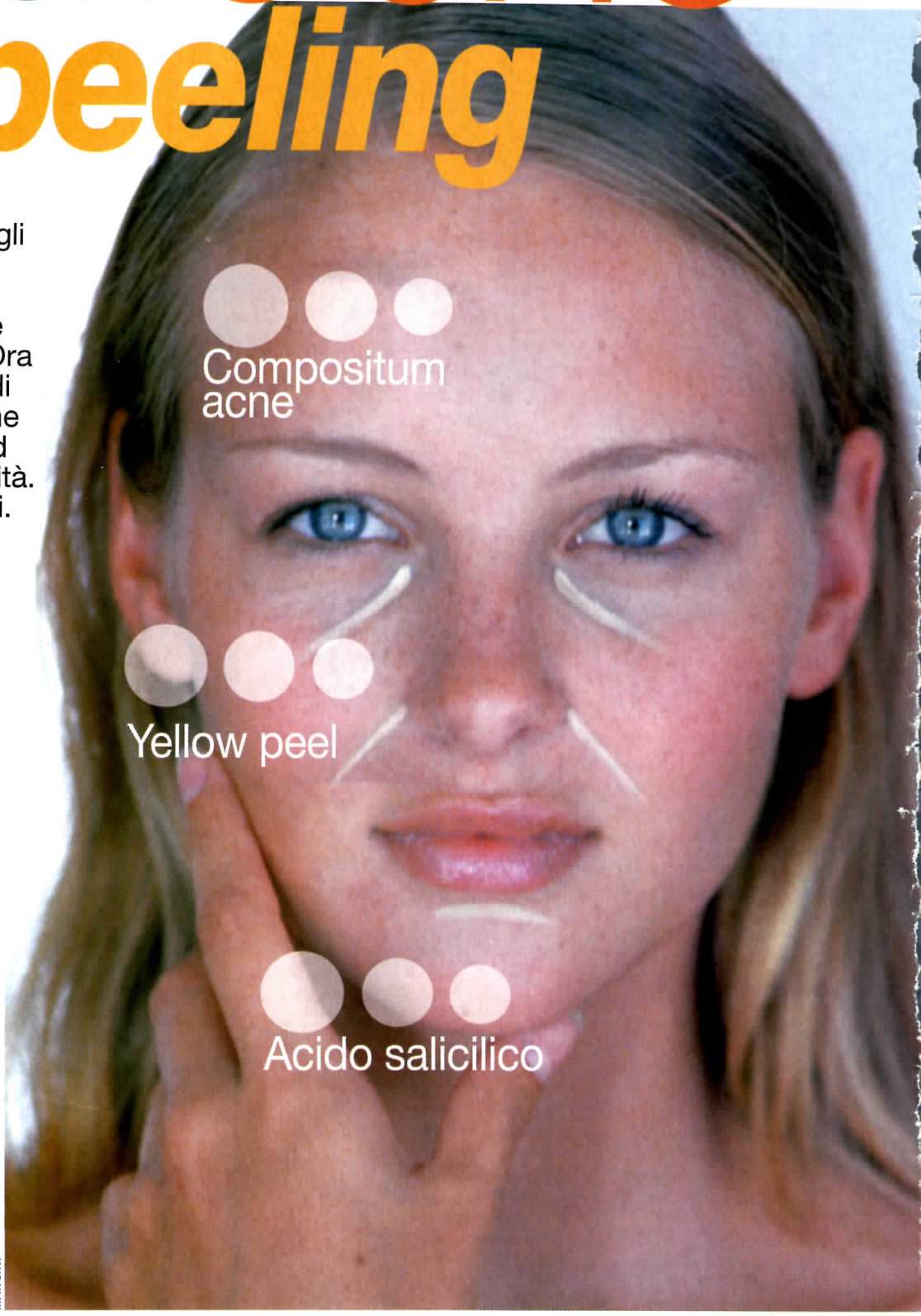
DIETA per LUI
Fagli perdere 3 chili in 2 settimane

SPECIALE
Minicorso di
MEDITAZIONE
Ritrova l'armonia con i grandi maestri

Spedizione in a.p. - 70% - Filiale di Milano
20005>
9 771123 353007
ALBERTO PERUZZO EDITORE

Cura l'acne con i peeling

E' l'ossessione degli adolescenti ma si presenta anche in età adulta. E non è facile debellarla. Ora però ci sono grandi novità. Tre cure che levigano la pelle ed eliminano le impurità. Con grandi risultati.



MANCINI

Colpisce quasi l'80 per cento dei ragazzi dai 12 ai 20 anni, ma non chiamatela acne giovanile. Perché spesso compare per la prima volta dopo i 25 anni: alcune donne, infatti, ne soffrono per tutta l'età fertile, con manifestazioni più acute nella fase premestruale. Ma non è una malattia invincibile: grazie a cure mirate l'acne può essere debellata. E oggi i dermatologi puntano l'accento soprattutto sui trattamenti locali, in particolare sui peeling di ultima generazione in grado di levigare la pelle e contrastare la produzione di sebo.

Top Salute ve li presenta in queste pagine attraverso la voce degli specialisti. Ma prima vediamo quali sono le cause dell'acne e le ultime strategie terapeutiche.

Colpa degli ormoni

«L'acne è un processo patologico multifattoriale che interessa le ghiandole sebacee», spiega il professor Antonino Di Pietro, dermatologo e presidente dell'Isplad. «Quando nell'organismo femminile aumenta la quantità di ormoni androgeni oppure si verifica un'eccessiva sensibilità dei loro recettori, le ghiandole sebacee sono eccessivamente stimolate e producono una maggiore quantità di sebo. Ha inizio così il processo patologico che porta alle tipiche eruzioni cutanee».

L'acne è caratterizzata, oltre che dalla seborrea, anche dalla cheratinizzazione del dotto pilo-sebaceo: in pratica lo sbocco esterno della ghiandola tende a ispessirsi e diventa più piccolo, fino a chiudersi. Il sebo così rallenta il suo «viaggio» verso l'esterno e si indurisce: nasce il cosiddetto «punto nero», il comedone, una sorta di tappo che blocca la fuoriuscita del sebo. A lungo andare si verifica la colonizzazione batterica della ghiandola, soprattutto a opera di stafilococchi, streptococchi e propioni bacteri acnes. Si innesca così la produzione di pus e la distruzione del follicolo.

Le nuove cure

Ma la «catena» che porta alla formazione dell'acne può essere spezzata: grazie a peeling di ultima generazione, infatti, è possibile contrastare la produzione di sebo e ridurre infiammazioni e pustole, migliorando così l'aspetto della pelle e accelerando la guarigione.

Se l'acne è già in stadio avanzato, però, il solo trattamento di peeling non basta e va associato alle cure farmacologiche. Il ricorso alla pillola anticoncezionale, per esempio, è in grado di risolvere molti dei problemi ormonali alla base dell'acne. Spesso si associano anche farmaci antibiotici per distruggere i batteri, e farmaci a base di acido retinoico, che regola la produzione di sebo e contrasta la cheratinizzazione.

Dove rivolgersi

Per saperne di più sui peeling antiacne descritti in queste pagine ed avere nominativi di specialisti qualificati potete rivolgervi all'Isplad (International Society of Plastic and Aesthetic Dermatology), l'associazione che riunisce i dermatologi plastici e che ha sede a Milano, telefono 02/29406306.

Acne adulta: perché viene?

Eccesso di sebo, comedoni, brufoletti colpiscono sempre più spesso anche le quarantenni. Ma quali ne sono le cause? «In primo luogo le alterazioni ormonali a cui le donne sono esposte durante l'età fertile, dalle varie fasi del ciclo, alla menopausa, senza dimenticare la gravidanza e l'uso di contraccettivi orali», spiega il professor. Di Pietro. «Ma sul sistema ormonale influiscono anche lo stress, l'ansia, stati d'animo negativi che accompagnano la donna nelle tappe della sua vita.
Inoltre l'acne tardiva può essere indotta da farmaci, da cosmetici che possono occludere i pori o da semplici traumi da sfregamento».

Compositum acne

Dottor Andrea Alessandrini, specialista in chirurgia e medicina estetica a Roma

Che cos'è: unisce quattro principi attivi per il massimo dell'efficacia: il nuovo peeling Compositum acne è un gel freddo formato da polimeri vegetali che racchiudono in una struttura reticolare acido azelaico, benzoil perossido, acido tricloracetico e acido salicilico. «Grazie alla struttura reticolare, il gel si attiva quando viene applicato sul viso e rilascia gradualmente i principi attivi», spiega il dottor Andrea Alessandrini. «In questo modo è possibile controllare ad ogni secondo l'azione del gel e modularne l'intensità. I vari principi chimici liberati agiscono in modo sinergico, provocando una rimozione controllata degli strati superficiali dell'epidermide, riducendo la secrezione di sebo e aprendo i follicoli ostruiti». I risultati del peeling sull'acne sono immediati: dopo una sola seduta, le pustole si svuotano e la pelle si rigenera.

Come avviene il trattamento: in ambulatorio, lo specialista applica il gel in una zona ben delimitata (come per esempio la fronte) e lo lascia agire, rimuovendolo dopo pochi minuti. Le pustole si aprono e lasciano fuoriuscire il contenuto. Se necessario, il medico può facilitare questa fase, esercitando una leggera pressione sulle pustole. Poi lo specialista, con la stessa modalità, tratta le altre zone del viso. Quando il peeling è terminato (in genere dura 20 minuti), il medico applica una maschera depurativa a base di argilla, che va lasciata in posa per dieci minuti. Poi applica una crema protettiva.

Che cosa succede dopo: al termine del peeling la pelle appare leggermente arrossata ed edematosa, ma si è presentabili fin da subito. È possibile anche applicare un po' di trucco per rendere invisibili i leggeri segni lasciati dal trattamento. Nella settimana successiva la pelle si esfolia in modo graduale, fino a rinnovarsi completamente nell'arco di otto giorni, dopodiché appare più liscia.

Quante volte: una sola seduta di peeling compositum può essere sufficiente per trattare l'acne lieve. Quando il problema è più accentuato, il medico può consigliare di ripetere il trattamento a distanza di circa un mese e mezzo.

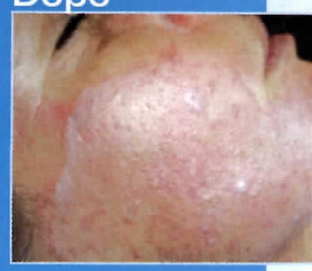
Attenzione: dopo i 2 trattamenti ravvicinati è necessaria una pausa di almeno 4 mesi.

Costo: € 150-200 a seduta.

Prima

Pustole e rossori tipici di una adolescente colpita da acne

Dopo



Dopo il Compositum le pustole si svuotano e la pelle appare liscia

SÌ AL CAMOUFLAGE

Vedersi più belle ma anche sentirsi più sicure. E' questo l'obiettivo del camouflage, un particolare metodo di trucco coprente studiato per nascondere i problemi della pelle, acne in primo luogo. Imparare questa tecnica non è difficile: esistono vari esperti che la insegnano e a Milano è nato il primo Laboratorio di Maquillage correttivo all'interno dell'Ospedale Maggiore, che offre lezioni di trucco personalizzate. Per avere informazioni si può chiamare lo 02/55035206.
Come si procede? In pratica, si usa un correttore beige-dorato da stendere sulle parti più arrossate, poi si stende sul viso un fondotinta in crema dello stesso colore della carnagione e alla fine si fissa il trucco con un velo di cipria trasparente. I cosmetici devono essere oil free.

MANCINI

Peeling all'acido salicilico

Dottor Gino Mattutini, specialista in dermatologia ad Ancona

Che cos'è: il principio attivo di questo peeling è l'acido salicilico, così chiamato perché deriva da una specie particolare di salice americano, e già da diverso tempo viene utilizzato come componente di creme leviganti. In alte percentuali invece (25-30 per cento), diluito in alcol, è indicatissimo per realizzare un peeling antiacne. «Grazie alle sue proprietà infatti, l'acido salicilico riduce la seborrea e "scioglie" i comedoni: è quindi particolarmente indicato per l'acne in fase iniziale», spiega il dottor Gino Mattutini. «Ma è efficace anche per l'acne in fase attiva, poiché rompe le pustole e le disinfetta». Inoltre pulendo a fondo la pelle, la rende ricettiva nei confronti dei prodotti terapeutici ad uso locale che successivamente verranno utilizzati. «Non è da sottovalutare anche l'azione levigante, utile per attenuare le cicatrici da acne. L'acido salicilico infatti, in virtù delle sue proprietà cheratolitiche, elimina il primo strato corneo, lasciando così la pelle liscia e tesa».

Come avviene il trattamento: in ambulatorio, il medico applica l'acido con un pennello, evitando le palpebre e la bocca. Dopo quattro-cinque minuti, l'alcol evapora, lasciando sulla pelle piccoli cristalli di sale bianco, che poi vengono eliminati con un po' di latte detergente.

Che cosa succede dopo: la pelle risulta leggermente arrossata e dove prima c'erano i brufoli possono comparire piccole croste, che cadono da sole dopo qualche giorno. Per evitare la presenza di segni, è meglio comunque evitare di esporsi al sole e proteggere la cute con una crema ad alto fattore idratante. I comedoni scompaiono, le pustole si drenano e le cicatrici si attenuano visibilmente.

Attenzione: se si esegue questo peeling è bene non associare farmaci a base di vitamina A, perché la pelle risulta già molto assottigliata. Bisogna inoltre valutare la presenza di allergie che ne possono controindicarne l'uso: chi non tollera l'aspirina non può farlo, perché il farmaco, appunto, è costituito in parte da acido salicilico.

Quante volte: le sedute possono essere realizzate a cadenza settimanale o mensile. Tutto dipende dallo stadio dell'acne e dall'effetto che si vuole ottenere. Il dermatologo valuterà quindi caso per caso.

Costo: € 150 a seduta.

Prima

Tipiche manifestazioni di acne giovanile allo stadio iniziale

Dopo

Ecco come appare la pelle dopo il peeling al salicilico

Yellow peel

Dottor Angelo Scalvini, specialista in dermatologia a Brescia

Che cos'è: messo a punto da un medico brasiliano, lo yellow peel viene utilizzato in Italia da circa un anno e mezzo. Si tratta di una pasta di colore giallastro, composta da acido retinoico, acido azelaico, disabulolo e vitamine, particolarmente adatti per trattare l'acne. Grazie ai suoi principi attivi, infatti, svolge la sua azione su tre diversi aspetti del problema. «L'acido retinoico è in grado di normalizzare la secrezione del sebo e contrastare la cheratinizzazione», spiega il dottor Angelo Scalvini. «L'acido azelaico invece ha un'azione antibatterica e antiandrogina. Infine il disabulolo è un buon antinfiammatorio e antisettico». Senza contare che l'alta concentrazione di vitamina A, vitamina C e l'acido fitico favoriscono i processi di ricostruzione della cute. Che tipo di risultati bisogna aspettarsi? «Questo trattamento pulisce a fondo la pelle, agisce sui comedoni e favorisce i processi riparativi: ecco perché può essere usato sia sull'acne attiva sia per trattare le cicatrici».

Come avviene il trattamento: il medico applica un velo di alfabeta peeling (a base di acido salicilico e altre sostanze) e lo lascia agire per 10-15 secondi. Lo scopo è eliminare le impurità superficiali. Poi applica lo yellow peel e attende 5-10 minuti, affinché il composto penetri nella pelle. La persona poi può andare a casa: il colorito della pelle tenderà al giallo ma l'epidermide non risulterà unta. Dopo circa quattro ore è possibile rimuovere il gel, lavandosi il viso con acqua e sapone di Marsiglia.

Che cosa succede dopo: la pelle risulta un po' arrossata, ma si è subito presentabili. Le pustole si drenano, i brufoli si riducono, la cute appare liscia.

Attenzione: la vitamina A può essere responsabile di malformazioni fetali. Per questo motivo nei 15 giorni successivi al trattamento è necessario potenziare le misure anticoncezionali per evitare un'eventuale gravidanza.

Quante volte: lo yellow peel può essere ripetuto più volte, secondo la necessità.

Costo: € 70-100 a seduta.

Prima

Pustole ed eruzioni di acne in fase attiva

Dopo

Lo yellow peel pulisce e ripara la pelle

Maria Elena Barnabi

Stanca di combattere senza risultati?

CellMax® urto F.O. extra strong

alle alghe micronizzate del Pacifico

Dalla ricerca americana arriva una rivoluzionaria linea di prodotti, a base di ingredienti rigorosamente selezionati, formulati appositamente per contrastare l'insorgenza degli inestetismi cutanei provocati dalla cellulite.

7 prodotti mirati che agiscono dall'esterno e dall'interno che permettono di ottenere risultati immediati e duraturi.

Gli estratti vegetali ed il concentrato di alghe micronizzate del Pacifico esplicano un effetto:

✓ RIMODELLANTE
✓ LEVIGANTE
✓ STIMOLANTE
✓ ELASTICIZZANTE

con un trattamento mirato vinci alla grande!

NELLE FARMACIE E NELLE ERBORISTERIE

Prodotti Naturali Vital Factors realizziamo i vostri desideri

VITAL FACTORS ITALIA s.r.l. · via Cussignacco, 37 · 33040 PRADAMANO (UDINE) · Tel. 0432 640570

di secchezza profonda, oppure in presenza di flaccidità cutanea. Alcuni studi hanno verificato che queste creme aiutano anche a schiarire le macchie scure della pelle dovute al sole, grazie all'azione antioassidante».

Gli isoflavoni sono utili anche per altri problemi?

«Sì. Dato che agiscono da antinfiammatori, sono in grado, per esempio, di lenire la pelle irritata dopo l'esposizione al sole o al freddo. Alcuni ricercatori ipotizzano anche un'azione anticellulite, visto il ruolo protettivo nei confronti delle cellule, ma sono necessari ulteriori studi prima di poter parlare di certezza scientifica».

In quali cosmetici sono presenti?

«Innanzitutto nelle creme antiage per pelli mature. Derivati della soia sono presenti anche in prodotti solari, creme e latti doposole e lozioni specifiche contro irritazioni cutanee e screpolature».

Novadiol di Vichy
È una crema che restituisce densità e turgore alle pelli più mature. Contiene Phytoflavone, un principio attivo brevettato a base di isoflavoni di soia. In farmacia, 50 ml, € 22,50.

Rigenerante anti-età Evestrel Theramex
Indicata dopo i 40 anni questa crema è formulata con isoflavoni di soia: tonifica la pelle, ridona elasticità e attenua le rughe. In farmacia. 30 ml, € 18,59.

VITAMINA F SUPERIDRATANTE

MANCINI

Leggendo gli ingredienti della vostra crema idratante, forse l'avrete già notato: si chiama acido gamma-linolenico ed è il nome chimico della vitamina F. È una sostanza che già da tempo rientra nella composizione di creme e pomate farmaceutiche. Ma ora l'attenzione dei ricercatori è puntata sui suoi effetti contro l'invecchiamento cutaneo. Scopriamo perché con l'aiuto del professor Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano.

Come svolge la sua azione antiage?

La vitamina F combatte la secchezza della pelle, la desquamazione e la perdita di tono, agendo sia in profondità che in superficie. A livello profondo infatti potenzia i legami esistenti tra le fibre elastiche, rendendole così più salde ed efficienti. In superficie, invece, rende più saldi i legami tra le cellule cornee (presenti nello strato esterno della pelle): l'acqua così non evapora e il collagene rimane quindi imbibito di acqua, e di conseguenza la cute resta più turgida.

Da che età usare i prodotti che contengono la F?

L'ideale è iniziare a trattare la pelle con cosmetici a base di acido gamma linolenico dopo i 40 anni, quando la produzione di collagene e fibre elastiche comincia a subire un brusco calo.

La vitamina F svolge anche altre azioni?

Innanzitutto l'acido gamma linolenico irrobustisce lo strato corneo della cute, cioè il suo strato più esterno. In questo modo la pelle è ricoperta da uno scudo più forte nei confronti degli aggressori interni: risulta così meno esposta a infiammazioni cutanee e fenomeni allergici. La vitamina F inoltre agisce anche sulle membrane cellulari, favorendone l'elasticità. Il risultato è un miglioramento generale dei tessuti.

In che prodotti la possiamo trovare?

Fino a non molto tempo fa era presente soprattutto in preparazioni farmaceutiche da utilizzare in presenza di eczemi e desquamazioni, oppure in oli per il corpo. Ma oggi è già entrata nella composizione di creme antiage e lozioni per il corpo.

Cornelia Conti

Crema energetica anti-età Collistar
Usata mattina e sera svolge un'azione antirughe e rassodante, grazie a oligoelementi, vitamina F ed elastina. In profumeria. 50 ml, € 33,57.

Dove si trova

L'acido gamma linolenico non viene sintetizzato dall'organismo umano: al pari della vitamina C, deve essere quindi assunto dall'esterno, attraverso l'alimentazione. Le fonti più ricche di vitamina F sono gli oli derivati dai semi oleosi, come l'olio di sesamo, di lino, di borragine. Rispetto all'olio di oliva, queste fonti ne contengono una quantità maggiore di 50-70 volte. Piccole quantità sono segnalate anche nel latte e nei derivati.