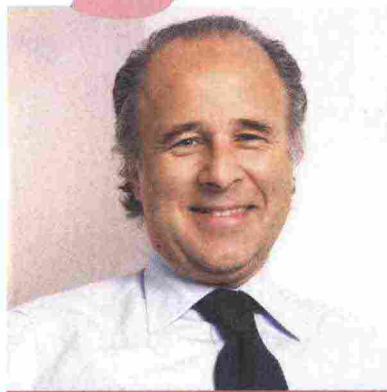


PIACERSI DI PIÙ

GIOVANI ad ogni età



– Intervista di Massimo Cadonia –

Fermare il tempo non è possibile, a maggior ragione è un'utopia pensare di tornare indietro e cercare di apparire a cinquant'anni come quando se ne avevano venti. I «pentiti» del ritocco insegnano: labbra «a canotto», visi gonfi e tirati con effetti a volte tragicomici hanno imperverato nei recenti decenni in tv e sui giornali, ma non era raro imbattersi in un'anonima signora sessantenne «rifatta male» e che attirava l'attenzione non per la sua bellezza ma per il viso simile a un pupazzo di gomma. «Trattamenti molto in voga, come le iniezioni di botulino e i filler riempitivi permanenti, hanno come effetti quelli di gonfiare la faccia e di paralizzare i muscoli, con la conseguenza che il viso perde tutta la sua espressività e naturalezza». A parlare è Antonino Di Pietro, quasi trent'anni di esperienza in dermatologia, padre fondatore dell'Isplad (International Society of Plastic-Regenerative and Oncologic Dermatology), nonché fondatore e direttore dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis di Milano, nato nel 2013 con quattro obiettivi: nutrire, rigenerare, rinnovare e proteggere.

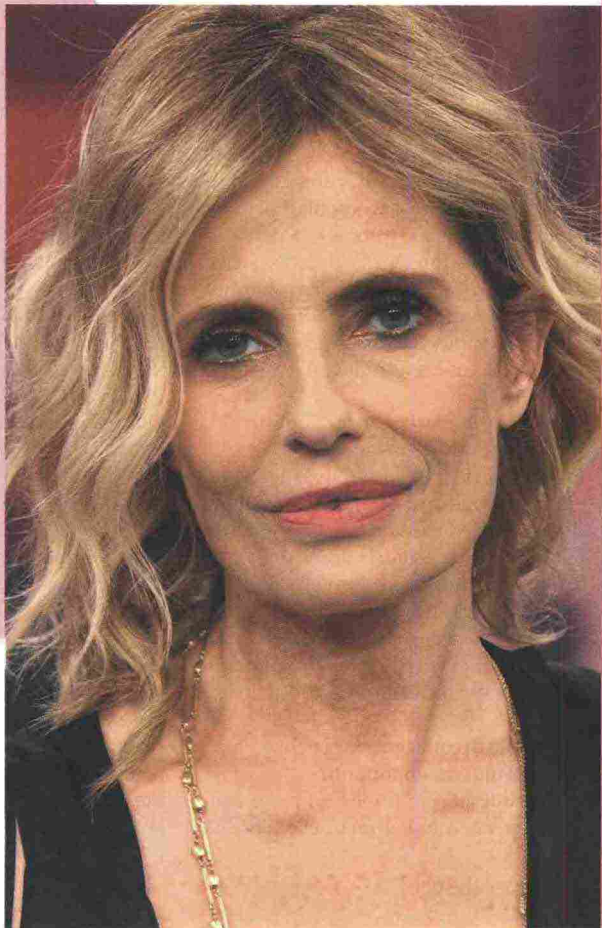
Voler dimostrare meno anni è un istinto che ci aiuta a mantenere la pelle sana. Ma è sbagliato pretendere di fermare il tempo: secondo il dermatologo **Antonino Di Pietro** l'obiettivo dovrebbe essere la rigenerazione cutanea

Dottor Di Pietro, bisogna quindi rassegnarsi a vedere il proprio corpo invecchiare?

Assolutamente no. Anzi, credo che non ci si debba vergognare di voler sembrare più giovani, è un fatto naturale, come voler rimanere in forma e andare in palestra, o apparire eleganti con un vestito che ci sta bene. È sbagliato però intervenire come in passato, «congelando» un aspetto giovanile, o cercando di annullare i segni del tempo come si potrebbe fare a un ritratto modificandolo con Photoshop: bisogna cercare di accompagnare i cambiamenti inevitabili che il tempo porta con sé, rigenerando la pelle, mantenendola cioè vitale e sana. La pelle è il nostro organo più grande, non è meno importante di cuore e polmoni; tutti sono d'accordo sull'importanza dell'attività fisica e della corretta alimentazione, ma quando si parla di pelle si pensa solo a correggerne i difetti, non a prevenire e a curare. Si potrebbe dire che la pelle va mantenuta efficiente, va allenata, come i muscoli.

Perché è così importante mantenere in forma la pelle?

Semplice: perché anche la pelle, invec-



IPA (3)

chiando, «funziona» meno bene, e si può ammalare. Ma qui, a costo di apparire un po' noioso ed enciclopedico, dovrei aprire una parentesi per spiegare com'è fatta la nostra pelle e come e perché invecchia...

Si sta rivolgendo ai lettori di OK, credo sia doveroso dare questa spiegazione...

Bene. Lo strato superficiale è l'epidermide, spesso circa un millimetro e composto da vari strati di cellule. Le cellule dello strato più esterno hanno una vita breve, di circa un mese nelle persone fino ai 30 anni, dopo di che cadono, spinte dagli strati inferiori che vengono continuamente prodotti dal nostro organismo. È la nostra muta, anche noi cambiamo continuamente pelle.

Quindi se lo strato esterno cambia continuamente dovremmo apparire sempre come nuovi...

Eh no, troppo facile. Qui entra in gioco l'invecchiamento. Questo processo di continuo rinnovamento cellulare col passare degli anni rallenta. Significa che le cellule «vecchie» rimangono più a lungo, e non lo fanno tutte insieme, ma qua e là: ecco perché dopo una certa età sul viso compaiono

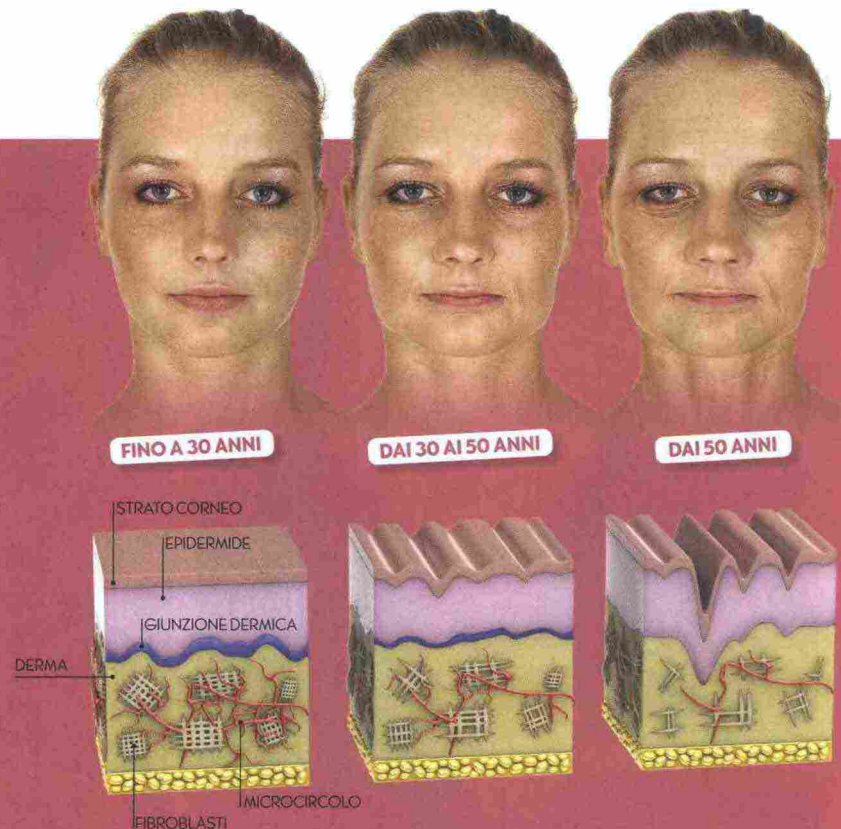
BELLEZZE NATURALI

Tre donne che, secondo il dermatologo Antonino Di Pietro, incarnano il concetto di bellezza in varie fasi della vita: da sinistra in alto, **Cristiana Capotondi, 36 anni; Justine Mattered, 45; Isabella Ferrari, classe 1964.**

PIACERSI DI PIÙ

Come invecchia la pelle

Fino ai 30 anni il viso mantiene una forma ovale e lineare. La pelle appare turgida e soda perché l'epidermide, cioè lo strato più superficiale, è sostenuta dalla giunzione dermica (linea blu) e dal derma grazie a due fattori: i fibroblasti (a forma di reticolo) e il microcircolo. I primi producono collagene, elastina e acido ialuronico, mentre il microcircolo, cioè i piccoli vasi sanguigni rossi che irradiano la pelle con ossigeno e nutrienti, aiutano la pelle a rigenerarsi più facilmente fornendo energia ai fibroblasti. Con il passare degli anni la forma del viso cambia: la pelle cede e si formano prima piccole leggere linee, poi rughe e infine solchi più visibili perché l'equilibrio del derma cambia. L'attività dei fibroblasti rallenta causando una diminuzione della densità di collagene presente nel derma; allo stesso tempo anche il microcircolo perde di efficienza ossigenando meno le cellule.



macchie più scure e zone in cui la pelle è più secca, disidratata. È la cheratosi, la prima fase dell'invecchiamento. Il colore non è più uniforme e, soprattutto ai lati del naso, appaiono le prime teleangectasie, quelle venuzze che da giovani non erano visibili. Come per le varicose delle gambe è un problema di microcircolo: i capillari perdono elasticità, si dilatano (processo accelerato e accentuato nei fumatori) e di conseguenza apportano meno sangue al derma, lo strato cutaneo posto sotto l'epidermide. Meno sangue significa meno ossigeno e, anche per la pelle, l'ossigeno è vita.

Quali sono le conseguenze di questo minore apporto di ossigeno?

I fibroblasti, le principali cellule del derma che producono due sostanze fondamentali, il collagene e l'elastina, iniziano a perdere i colpi, si abbassano le difese della pelle contro le aggressioni esterne, raggi solari in primis, e ci si trova più esposti al rischio malattie cutanee, come eritemi, eczemi e dermatiti. Ecco perché prendersi cura della propria pelle non è solo un fatto estetico.

Ha parlato di collagene ed elastina: perché sono così importanti?

Perché queste due proteine fibrose sono quelle che assicurano una pelle non solo

bella, ma anche efficiente: sono fondamentali per tutte le funzioni, da quella di sostegno a quella di resistenza. Quando iniziano a scarseggiare, si perdono compattezza ed elasticità e la pelle si crepa: iniziano le prime rughe.

E come si può ridare la gioventù a un viso che invecchia?

Occorre prima di tutto fare una distinzione tra gioventù e giovinezza. La gioventù è una fase della vita, come l'infanzia e l'adolescenza, e ha una durata limitata, fra i 20 e i 30, non può tornare una volta conclusa. La giovinezza invece esiste in ogni fase della vita, e puoi apparire giovane per l'età anagrafica che hai. La giovinezza è quella che ti fa dire che una persona è bella: perché ha una pelle elastica, in grado di cambiare velocemente espressioni facciali. Faccio tre esempi di giovinezza in visi di diverse età: Cristiana Capotondi, Justine Mattera e Isabella Ferrari.

L'elasticità, quindi, ha un ruolo cruciale: come si raggiunge l'obiettivo di una pelle più elastica?

Non certo con il botulino o i filler permanenti, che si limitano ad aumentare il volume, a paralizzare i muscoli facciali, ma con la dermatologia rigenerativa, quella che re-

stituisce vitalità alle cellule della pelle. Fondamentale, a questo proposito, è l'acido ialuronico libero, una sostanza che viene prodotta dal nostro organismo, ma sempre meno con il passare degli anni: è una sorta di gel in grado di trattenere l'acqua nei tessuti: l'idratazione, infatti, va di pari passo con l'elasticità. Per chiarire quanto sia potente l'azione dell'acido ialuronico basti pensare che in laboratorio questa sostanza fa ricrescere velocemente le cellule cutanee, tanto che viene impiegato per trattare le ustioni, quando cioè è necessario ricostruire la pelle.

E come si può reintegrare l'acido ialuronico che scarseggia con l'età?

Con il picotage, un trattamento che consente nell'iniettare (dal francese picoter, punzecchiare) acido ialuronico puro a circa un millimetro di profondità, in modo che superi la barriera dell'epidermide e raggiunga la zona di Grenz, la parte più superficiale del derma e quella più attiva nel riparare i danni provocati dagli agenti esterni, raggi Uv in primis. Il vantaggio del picotage è che idrata e stimola i fibroblasti a produrre più collagene ed elastina; inoltre, gli aghi utilizzati non arrivano a raggiungere i capillari (quindi, non si formano ecchimosi), né le terminazioni nervose (quindi,

non si prova dolore). Essendo questo un nutrimento per rigenerare le cellule (e non un riempimento) la seduta va ripetuta ogni due-tre mesi per dare il massimo dei risultati. Nelle rughe profonde frontali o nelle zone del viso in cui appaiono svuotamenti consistenti si inietta, invece, gel di acido ialuronico crosslinkato, cioè con l'aggiunta di sostanze chimiche che funzionano da collanti, per cui le cellule cutanee impiegano più tempo per smaltirlo.

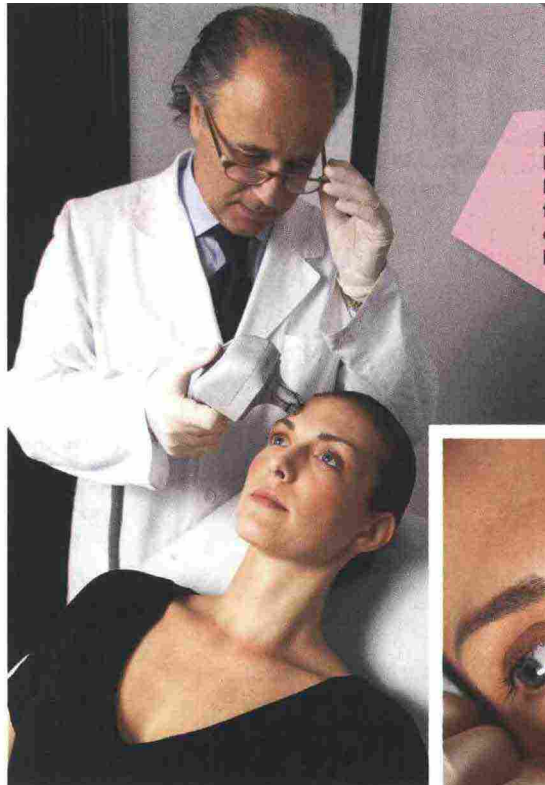
Le creme antiage funzionano?

L'uso regolare di una crema antiage consente di apportare acido ialuronico dall'esterno. Il problema è che l'acido ialuronico, essendo una molecola molto grande, non riesce a penetrare attraverso l'epidermide. La moderna dermocosmesi, però, ha trovato una soluzione per ovviare a questo inconveniente: per semplificare al massimo, si può dire che l'acido ialuronico è stato «smontato» in molecole più piccole, che possono raggiungere il derma, dove poi si «ricostruisce» la sostanza. Benefici visibili si ottengono utilizzando i fosfolipidi, i grassi che compongono le membrane cellulari, che vengono estratti dalla soia, e la glucosamina, cioè i «pezzettini» di cui è fatto l'acido ialuronico. Uno studio pubblicato sul *Journal of Plastic Dermatology* ha dimostrato come le rughe superficiali possano essere trattate efficacemente abbinando la glucosamina ai fosfolipidi come veicolante: la pelle, trattata con sieri e creme contenenti questo complesso chiamato Fospidin, risulta più compatta, più elastica e più sana.

Picotage e cosmesi sono sufficienti per prendersi cura della pelle?

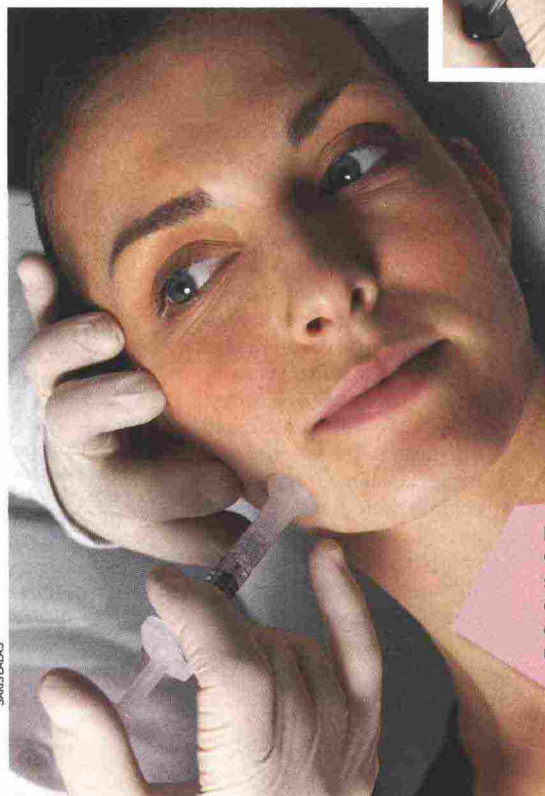
I prodotti cosmetici sono importanti per la quotidianità, ma quando serve un intervento rigenerativo più forte entra in gioco un altro trattamento di recente introduzione, il rimage, che si può alternare al picotage. In questo caso l'obiettivo non è più la zona di Grenz, ma il derma profondo. Fosfolipidi e glucosamina applicati sulla zona da trattare raggiungono i fibroblasti non tramite iniezioni, ma grazie a tre tecnologie suddivise in tre fasi, per una durata complessiva di circa 45 minuti. La prima è l'elettroporazione, che viene impiegata anche per somministrare farmaci: un apposito apparecchio, detto manipolo, emana una debole corrente elettrica che fa dilatare i pori cutanei, facendo penetrare le sostanze sotto l'epidermide. Per «diffonderle» nel

(continua a pag. 127)



RIMAGE

Il dermatologo Antonino Di Pietro esegue la radiofrequenza, fase centrale di un trattamento chiamato rimage, che consente la rigenerazione cutanea.



PICOTAGE

Questa tecnica si esegue su tutto il viso con un ago dotato di estremità concava che viene inserito a circa un millimetro di profondità.

FILLER RIASSORBIBILE

Si inietta acido ialuronico per spianare le rughe più accentuate o per ridare volume alle labbra. L'importante è che il filler impiegato sia riassorbibile.

