

creme e maschere effetto barriera

Il termometro non è ancora in picchiata, ma la pelle del viso si trova già ad affrontare una condizione difficile: le prime giornate rigide, i bruschi cambi di temperatura tra l'esterno e l'interno, l'aria secca dei locali riscaldati e i tassi elevati di smog nelle città rappresentano forti fattori di stress. Impoverita nelle sue riserve idriche, indebolita nel suo mantello lipidico protettivo, l'epidermide reagisce con secchezza, desquamazione, rossore e irritazione, segni di malessere ai quali è bene rispondere in maniera puntuale e precisa offrendo al viso le formule più ricche, ma confortevoli, della cosmetica.

al cambio di stagione la pelle è più fragile

Al cambio di stagione la pelle arriva in condizioni non proprio ottimali. «Si presenta secca in superficie, facile a screpolarsi e con i capillari dilatati» spiega il professor Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano. «Tutto questo perché ha dovuto difendersi dalle aggressioni estive. Sole e caldo, infatti, impoveriscono la cute del suo film protettivo superficiale, in particolare: intaccano le ceramidi, che tengono unite tra loro le cellule, e favoriscono la perdita di oligoelementi e acidi grassi, indispensabili per mantenere l'idratazione e la funzione barriera contro gli agenti esterni. In superficie compaiono microfessurazioni che, come piccole crepe, lasciano uscire i liquidi: disidratato, lo strato corneo diventa fragile e oppone scarsa resistenza alle aggressioni esterne».

il freddo riduce l'ossigenazione cutanea

L'arrivo dell'inverno non fa che peggiorare la situazione. «Il freddo provoca innanzitutto un restringimento dei vasi sanguigni: i tessuti ricevono minore ossigenazione e diventano sempre più aridi» precisa il professor Di Pietro. La disidratazione è accentuata dalla permanenza prolungata nell'aria dei locali riscaldati che contribuisce a intaccare le riserve idriche della cute. «Al secco dei luoghi chiusi si contrappone spesso l'alto tasso di umidità esterno, un altro fattore negativo per l'equilibrio e il benessere della pelle» prosegue lo specialista. «Quando l'epidermide è umida, infatti, si raffredda velocemente e ciò provoca un'alterazione dei lipidi (grassi) cellulari che perdono coesione e si spaccano, favorendo la comparsa di rossori e screpolature». Dannosi sono anche i bruschi sbalzi di temperatura tra l'interno e l'esterno: non solo accentuano gli arrossamenti nelle pelli che ne vanno già soggette, ma mettono a dura prova il sistema di difesa della cute, che finisce per rispondere a queste continue sollecitazioni indebolendosi. →

1 Cold Cream

Eau Thermale Avène
Ideale per le pelli più secche e molto sensibili, nutre intensamente con la combinazione di cold cream e oli vegetali, protegge con cera di api bianca e offre dolcezza e comfort con acqua termale di Avène (farmacia, 40 ml, € 12,30; 100 ml, € 18,40).

2 Maschera Xtreme

Elicina
Morbida e piacevole deve le sue proprietà alla bava di lumaca che esfolia dolcemente e apporta nutrienti che rigenerano in profondità la cute. L'argilla bianca decongestiona, la piantaggine detossina, le vitamine B1 e C nutrono e tonificano (farmacia, 75 ml, € 52).

3 Optiva

Crema Giorno Comfort
Boots Laboratories
Formula ricca e pH bilanciato per il trattamento rigenerante e protettivo che argina i danni dei raggi solari e dei radicali liberi, grazie alla protezione Uvr multidermal e l'Spf 15. Lenisce e rinforza con il complesso althalis, addolcisce con l'allantoina, nutre con il burro di karité (farmacia, 40 ml, € 19,90).

4 Maschera Nutriente e Addolcente per il Viso

L'Erborario
Ideale per le pelli con arrossamenti diffusi, addolcisce la cute con estratto di rusco e olio di germe di grano, rendendo il viso vellutato e dall'aspetto uniforme (erboristeria, 50 ml, € 13).

5 Lichtena Crema

Formula Originale
Giuliani
Si prende cura del viso proteggendolo e contrastando con efficacia arrossamenti e irritazioni dovuti al freddo. L'Ar-gb11, brevetto esclusivo, ha una specifica azione antiossidante e antinfiammatoria, l'allantoina ha proprietà emollienti, l'acido glicirretico e l'alfabisabololo calmano e addolciscono (farmacia, 50 ml, € 25,20; 100 ml, € 35,30).



UN EXTRA COMFORT CON LE MASCHERE

In inverno è bene affiancare alla crema (mattina e sera) una maschera. Nutriente, addolcente, lenitiva, ricca e confortevole all'applicazione, è un trattamento d'urto, ad azione immediata, che riporta a livelli ottimali il tasso di acqua e lipidi nella cute, calma i rossori, previene e ripara le desquamazioni. Si usa ogni 10-15 giorni o all'occorrenza come un immediato Sos, per esempio dopo una giornata di freddo intenso.



PROTEZIONI IN PIÙ

Il fondotinta in inverno aiuta a creare sul viso una barriera protettiva contro freddo e smog. Una sciarpa morbida e ampia è di moda e sollevata sul viso aiuta ad attenuare l'impatto brusco con l'esterno. La presenza di filtri solari nelle creme barriera è utile per schermare i raggi Uva che raggiungono la pelle anche durante la stagione rigida, accelerandone il processo di invecchiamento.

1 Sublime Care Maschera Restitutiva Riequilibrante Korff

Indicata per tutte le pelli nella stagione fredda contiene burro di karité combinato con estratti vegetali per un'intensa azione restitutiva, emolliente e protettiva. Pochi minuti e i tratti sono distesi, l'incarnato radioso, la cute più forte e morbida (farmacia, 75 ml, € 19).

2 Rilastil A-Lipik Crema Barriera VISO Istituto Ganassini

La pelle affronta più forte il freddo con questa crema ricca e delicata, senza profumo, coloranti e alcol: l'Exo-H stimola la produzione di lipidi e acido ialuronico, le vitamine E e B5 riparano, un complesso biomimetico attenua i rossori (farmacia, 50 ml, € 23,90).

3 Masque Confort Lierac

Soffice e delicatamente profumata agisce in cinque minuti: il burro di karité e l'olio di albicocca nutrono e addolciscono la cute arrossata, l'argilla rosa ripristina l'idratazione, gli estratti di fiori di ciliegio e rosa vantano proprietà idratanti e antiossidanti (farmacia, 50 ml, € 20,17).

4 Eight Hour Cream Skin Protectant Elizabeth Arden

Da 80 anni questo delicato balsamo mantiene la sua formula originale con petrolato, acido salicilico e vitamina E, che idratano, proteggono e rigenerano la pelle. Per viso, labbra e mani, anche senza profumo, è in edizione limitata dal design art déco (profumeria, 50 ml, € 24,50).

5 Crema City Locherber

Ristabilisce le naturali difese della pelle e previene i segni dell'invecchiamento, creando una barriera contro i radicali liberi, i raggi solari e l'inquinamento con estratti di iperico, ginkgo biloba, camelia, olio di mandorle dolci, albicocca, aloe vera e filtri solari (erboristeria, 50 ml, € 15).

vitamine e antiossidanti

La ricca formula delle creme invernali (ma dalla texture scorrevole) combina molti principi attivi in grado di arginare i danni che il freddo può provocare alla cute. «Sono utili sostanze che migliorano il grado di idratazione e la funzionalità della barriera cutanea, innanzitutto, e principi attivi antiossidanti, come la vitamina E, che frenano l'azione pericolosa dei radicali liberi, prevenendo la distruzione delle cellule, aumentano il turgore e rallentano la comparsa delle rughe» precisa il professor Di Pietro. Ingredienti base delle formulazioni antigelo sono le sostanze ad azione nutritiva, emolliente e protettiva, come gli oli e i burri vegetali. «Ricchi di acido oleico e linoleico, hanno proprietà antiossidanti e ricompattanti, utili per l'elasticità e la luminosità della pelle» continua lo specialista. A questi si aggiungono principi attivi emollienti e addolcenti, come l'allantoina, le vitamine B1 e B5, la cera d'api, gli estratti di fiori, e sostanze calmanti contro irritazioni e rossori, come l'argilla bianca e rosa, i fosfolipidi, l'acido glicirretico e l'alfabisabololo ricavati rispettivamente dalla liquirizia e dalla camomilla.

l'inquinamento è rischioso

Da ultimo non va dimenticato che nelle grandi città l'inverno segna spesso un picco nei livelli di smog. «Le polveri sottili degli idrocarburi si depositano sulla pelle e ne alterano il film idrolipidico» dice il professor Di Pietro. «Il risultato è un aumento della sensibilità cutanea e una maggiore frequenza di irritazioni, rossori e risposte più significative come le dermatiti». Lo smog, inoltre, sollecita una più elevata produzione di radicali liberi. «Si tratta di molecole che fanno parte del nostro sistema naturale di difesa e che entro una certa soglia sono importantissime in quanto aiutano il sistema immunitario a eliminare i germi e a difendersi dai batteri» continua l'esperto. «Quando, però, il loro quantitativo è superiore a quello fisiologico, come può succedere in inverno, diventano veri e propri killer delle cellule che ne danneggiano la membrana interna e ne aggrediscono il Dna (il nucleo). Si registra così un forte stress ossidativo che provoca un invecchiamento precoce della cute».

Servizio di Alberta Mascherpa.