

La nostra pelle

Cosa fare per mantenerla giovane e combattere l'invecchiamento

di Marcella Ribuffo

La nostra pelle è un organo multifunzionale e versatile, è ricca di cellule utili alla nostra vita. Pensiamo a come la pelle ci difende dalle aggressioni esterne, come i batteri per esempio possedendo un antibatterico naturale più potente di tutti gli antibiotici oggi in commercio. Pensiamo alla sua resistenza agli urti, ai cambiamenti climatici, alla sua possibilità di segnalarci patologie internistiche.

In questo la cosmetologia interviene, per mantenere la nostra pelle in uno stato ottimale, in perfetto equilibrio fisiologico. Anche in presenza di malattie importanti come la psoriasi, la dermatite atopica, la prescrizione cosmetologica viene in aiuto alle terapie sistemiche, alleviando anche spesso gli effetti collaterali inevitabili secchezza e irritazione.

INVECCHIAMENTO CUTANEO

La cute invecchia come qualsiasi altro organo, l'invecchiamento è un processo involutivo e si distingue in due modi:

CRONOLOGICO: definito "essenziale" o cronologico, "the biologic clock" in quanto correlato al trascorrere del tempo ed è il risultato di un programma geneticamente definito.

FOTOINVECCHIAMENTO o photoaging: dipendente da due fattori quindi dalla dose totale di radiazioni attiniche accumulate nel corso della vita e dalla qualità della fotoprotezione naturale dell'individuo. I raggi ultravioletti sono i responsabili del danno.

IL COSMETICO E L'ETA'

L'igiene cosmetologica quotidiana è sicuramente un'arma importante nella prevenzione dell'invecchiamento cutaneo, e deve gradualmente essere assimilata nell'ambito delle normali abitudini quotidiane. È necessario rendersi conto che si è iniziato un percorso virtuoso per il futuro e che la pratica quotidiana è molto importante per mantenere la pelle in buono stato e per rallentare l'invecchiamento. A qualsiasi età una valutazione dello stato della pelle [check-up cutaneo] è utile per formulare una prescrizione cosmetologica mirata. Sarebbe preferibile effettuare questo bilancio cutaneo in giovane età per conoscere al più presto il tipo di pelle e realizzare per tempo un programma igienico-preventivo. Un altro periodo in cui il check-up cutaneo può essere molto utile è quello della menopausa, quando la produzione di sebo diminuisce per motivi ormonali e quindi si rende necessario rivedere e modificare



i cosmetici utilizzati. L'igiene cosmetologica prende in considerazione la detersione, l'idratazione e la fotoprotezione. Questi tre momenti rappresentano un atto di prevenzione da effettuare ogni giorno e quando ve ne fosse bisogno, la normalizzazione dei parametri cutanei trovati alterati al check-up si ottiene con l'impiego di cosmetici idroregolatori, sebo-regolatori, pH-regolatori, con cosmetici sebosostitutivi e cosmeceutici sebo-regolatori. Un'efficace detersione cutanea deve rimuovere ogni tipo di impurità presente sulla pelle: lo sporco derivante da residui di trattamenti cosmetici e del sudore, quello del sebo e dello smog, lo sporco causato da particelle derivanti dalla desquamazione epidermica. L'idratazione prevede l'utilizzo di cosmetici modulatori che hanno come obiettivo principale quello di diminuire la perdita transepidermica di acqua mediante il ripristino della funzione-barriera.

Non vanno infine tralasciati opportuni presidi per la fotoprotezione e per la prevenzione dell'invecchiamento cutaneo. L'uso dei filtri solari è da tempo entrato nella pratica comune. E in alcuni casi la fotoprotezione deve osservarsi rigorosamente (fototipo a rischio non solo di invecchiamento precoce ma di patologie più o meno gravi) con l'uso di sostanze in grado di assicurare una protezione totale dai raggi ultravioletti. Sicuri ed utili sono da considerarsi i prodotti per il trucco: l'utilizzo quotidiano di una cipria o di un buon fondofinta permette di migliorare la qualità estetica della pelle ma, soprattutto, comporta un'ulteriore difesa nei confronti degli agenti atmosferici, inclusi i raggi solari. Ciò avviene grazie al loro contenuto di sostanze schermanti quali gli ossidi di ferro, il biossido di titanio od i silicati, oltre ai recenti polimeri bioadesivi. A seconda delle caratteristiche e del tipo di cute, i presidi adottati potranno essere differenti per l'igiene della pelle sana, della pelle secca e di quella sensibile.

**Il laser
può essere
usato per
migliorare il
tono e la
qualità della
cute**

L'approccio terapeutico all'invecchiamento cutaneo prevede attualmente valide soluzioni cosmetiche, con formule di nuova generazione sempre più mirate a contrastare ogni difetto cutaneo. Esistono formule a base di fitoestrogeni [utili per tamponare gli effetti della carenza di estrogeni], che associati a principi idratanti, antiossidanti, collagene, elastina, Vitamina C, contribuiscono a "riparare" le strutture cutanee danneggiate. Per contrastare la disidratazione l'acido ialuronico, ha proprietà riepilizzanti ed è in grado di ridurre la costante perdita d'acqua che si verifica attraverso la cute. Estremamente utile per la correzione dell'invecchiamento, così come di esiti cicatriziali, può rivelarsi l'uso di cosmeceutici a base di acido retinoico e dei suoi derivati. Per chi desidera un più radicale intervento antiaging oggi si può ricorrere, sotto stret-

to controllo medico, all'utilizzo di agenti chimici (peeling) capaci di rimuovere strati superficiali della cute danneggiata o ancora a tecniche laser che permettono risultati più duraturi. Il Laser può essere utilizzato per migliorare il tono e la qualità della cute. In genere migliora la lucentezza e la brillantezza della pelle del viso. Si può combinare il LASER con un peeling esfoliante per ottimizzare il risultato in aree quali il collo. Esistono vari tipi di apparecchiature laser, ciascuna con una funzione specifica, ed in grado di eseguire determinati trattamenti, ovvero di intervenire su determinate patologie o in estefismi. La tecnologia della Luce pulsata ad esempio ha aperto la possibilità di un trattamento efficace sulle macchie dell'età, i capillari del volto, le rughe fini del volto, con un miglioramento della trama e del tono del tessuto cutaneo; il fotoringiovanimento

con luce pulsata è un trattamento che è possibile ripetere 2-3 volte l'anno per ritardare fortemente i processi di invecchiamento cutaneo.

La tecnica del Laser Frazionale viene utilizzata con successo soprattutto per ridurre o eliminare macchie della pelle, melasma, cicatrici da acne, piccole rughe del volto [in particolare le rughe intorno agli occhi e le rughe delle labbra] e per effettuare il ringiovanimento cutaneo. Recentemente il Laser ad Erbium si è dimostrato essere uno strumento validissimo per il rimodellamento dell'epidermide e del derma superficiale (skin resurfacing); agisce in maniera scarsamente invasiva e quindi poco dolorosa, ottenendo una rapida cicatrizzazione senza complicanze e un ottimo risultato estetico; inoltre le fibre di collagene del derma subiscono uno stiramento e un rimodellamento contribuendo a dare un aspetto più levigato alla pelle.

È particolarmente indicato per le zone di cute delicate e per il trattamento delle rughe peribuccali e periorbitali e delle mani. L'applicazione del Laser CO2 trova la sua indicazione migliore per sconfiggere rughe profonde e cicatrici e può essere combinato con il Laser Erbium in modo da associare i vantaggi dell'uno e dell'altro riducendo i possibili effetti collaterali, soprattutto in termini di eritema e decorso post-trattamento. Ricordiamo che i trattamenti laser comportano, per quanto lievi, possibili rischi o complicanze, e per questo motivo è importante che vengano sempre eseguiti da un medico preparato ed esperto.

