

VanitySkincare

C'è vita sulla pelle

di
VERONICA CRISTINO

foto
FLORIAN SOMMET



La bellezza e la salute della cute dipendono da quella del microbiota,
un biofilm composto da batteri buoni accudito dalla cosmetica moderna

IN EQUILIBRIO

Dermexa Crema Emolliente di AVEENO a base di avena prebiotica
che preserva il pH e l'integrità della barriera cutanea (€ 20,40)

Se dovessimo fare un censimento degli abitanti che popolano la nostra pelle, ne conteremmo miliardi. Sulla cute vive una colonia di microrganismi dalla densità sorprendente: 10 milioni per centimetro quadrato.

Sono virus, acari, miceti e batteri, e solo di questi ultimi se ne contano mille specie. Tutti insieme costituiscono **il microbiota cutaneo, un biofilm che rappresenta il 3% del nostro peso corporeo, un abito vivo e in fermento, diverso da persona a persona.** È in prima linea nella difesa della pelle e dell'organismo, stimola il sistema immunitario e blocca la colonizzazione di batteri nocivi.

«La sua forza sta nell'equilibrio. Più l'ecosistema è bilanciato e diversificato, più la pelle è in salute», spiega **Mariuccia Bucci, nutridermatologa.** Lo squilibrio del microbiota è causato dallo stress,

specifico di una persona».

Ma la strada verso la personalizzazione non è da escludere in futuro. Se l'uso di questi ingredienti nelle creme è relativamente recente, la loro assunzione con integratori non lo è. Solgar, per esempio, oltre a quelli con probiotici, utilizza lo psillio con effetto prebiotico. «Se forniamo prebiotici all'intestino, la flora dei nostri probiotici migliora, con benefici anche per la cute», conclude Bucci.

L'azione simultanea è quindi la strategia d'intervento: alimentando il microbiota dall'interno e dall'esterno si può migliorare la risposta della pelle alle aggressioni. **Avere un microbiota resiliente significa avere una pelle più sana e giovane a lungo.**

I batteri buoni svolgono un'azione cruciale anche nel processo biochimico alla base dell'ultimo trend cosmetico: la fermentazione. Florena Fermented Skincare, con ingredienti naturali e formule vegan, lo ha scelto per i suoi trattamenti

Sulla cute vive una colonia di microrganismi dalla densità sorprendente: 10 milioni per centimetro quadrato

dal clima, da cosmetici e detergenti aggressivi e dall'abuso di antibiotici. In queste circostanze i batteri nocivi proliferano, determinando una sensibilità cutanea.

Per salvaguardare il microbiota, la ricerca cosmetica ha cercato formule che forniscono alla pelle i **principi attivi che riproducono la flora cutanea: pre e probiotici.**

I primi, di derivazione da fibre vegetali, sono il nutrimento del microbiota. Sono i più facili da inserire nelle formulazioni cosmetiche, perché sono aspecifici, svolgono cioè la loro funzione nei confronti di tutti i tipi di microbiota esistenti. I secondi, invece, «sono batteri vivi presenti in alcuni alimenti e integratori, ma la loro versione nei cosmetici non è viva perché vista la loro instabilità potrebbero contaminare la formulazione compromettendo la durata del prodotto», spiega Bucci. «Vengono in realtà usate le loro spore liofilizzate, che mantengono il potere di influenzare l'equilibrio del microbiota. I probiotici più efficaci in cosmesi sono quelli studiati per i disequilibri cutanei più diffusi, come l'acne o le dermatiti. Anche se attualmente non è ancora possibile rispondere alle esigenze peculiari del microbiota

visivo. «Estraiamo fiori e oli noti per le loro proprietà cosmetiche, e aggiungiamo i microrganismi naturali come agenti fermentanti. Una volta completato il processo, che dura anche 600 ore, preleviamo solo gli elementi fermentati e li inseriamo nelle formule dei trattamenti», spiega Mary Santaniello, senior innovation manager Beiersdorf. Ma questo non significa che dalla fermentazione si ottenga automaticamente una formula potenziata.

«È un processo di distruzione e creazione di una nuova molecola diversa dalla precedente, ma non per forza più potente», precisa Beatrice Martino, divulgatrice scientifica. «Si può trovare infatti la stessa efficacia in un ingrediente non fermentato o sottoposto ad altri tipi di processi. L'efficacia va piuttosto ricercata nella formulazione completa. Resta però un trend interessante, perché pone l'attenzione sull'aspetto chimico della creazione del trattamento ed è una cosa inusuale per la consumatrice». Che poteva esserne spaventata prima, mentre ora ne è incuriosita.

Il merito va di nuovo ai batteri, che oltre a proteggerci, ci fanno anche appassionare alla chimica.



DA LEGGERE

Vi è una stretta connessione tra equilibrio del microbioma e benessere mentale. Lo spiega Antonio Moschetta in *L'intestino in testa*, (Mondadori, pagg. 135, € 17).