

# ELLE

PREZZO SPECIALE

1€  
1,50

ITALIA

elle.it

Week

**Festival di Sanremo**

Le DEBUTTA  
e le CANZO  
SU CUI  
PUNTARE

*Haley Bennett*  
**AVETE MAI  
AMATO  
QUALCUNO  
ALLA  
FOLIA?**

**DENZEL  
WASHINGTON**  
in **Macbeth**

"Ho venduto  
l'anima al diavolo,  
tutto qua..."

*Moda*  
**STREET STYLE  
e LOOK  
da ARTISTA**

**Speciale Olimpiadi**  
**PECHINO**  
**2022**

**GOGGIA, FONTANA, MOIOLI**  
**Le nostre atlete sono pronte**

HALEY BENNETT



N. 3/4 - 12/02/2022 SETTIMANALE ELLE € 1,50 IN EDICOLA  
DAL 27/01/2022 AUT €4 RF €4 COTE D'AZUR €4,20 F €4 D €5,50 GR €1  
LUX €4 PTE CONT. €3,50 E €3,50 USA \$6 CH CHF5,20 CH CI CHF5 CH CHF5,20

# Nella RETE del RETINOLO

Quando si parla di questo **principio attivo anti-età** si fa spesso confusione. Ma un'esperta e un questionario di "ripasso" aiutano a fare chiarezza

di BARBARA PELLEGRINI

**Molecola star, il retinolo è il protagonista delle ultime stagioni**, ma la sensazione è di non padroneggiare a fondo l'argomento. È pericoloso? Fa pizzicare la pelle? Guai a metterlo di giorno? Insomma, le questioni sono tante, ma procediamo con ordine. Innanzitutto, che cos'è? «Il retinolo è un principio attivo antiage scoperto da decenni e tornato alla ribalta soprattutto l'anno scorso», spiega la dermatologa Mariuccia Bucci, a cui abbiamo chiesto di far luce a proposito: «Derivato della vitamina A, agisce stimolando il processo di rinnovamento cellulare e aiuta a ridurre i segni dell'invecchiamento, la perdita di tono ed elasticità, ma anche a migliorare la texture della pelle irregolare. Retinolo, pro e post retinolo, il finto retinolo di origine vegetale - il bakuchiol, oggi molto di moda - vanno utilizzati con accortezza per ottenere il massimo dei risultati e, a parte per le cuti estremamente sensibili, non presentano controindicazioni». Per altri dubbi e fake news, ecco un "vero o falso" illuminante.

## IL SUO UTILIZZO È SOLTANTO COSMETICO

**Vero.** «Quando parliamo di retinolo ci riferiamo alla vitamina A, che si presenta in tre diverse forme: alcolica (retinolo), aldeidica (retinaldeide o retinale) e acida (acido retinoico). La prima e la seconda hanno uso cosmetico con il fine di migliorare la texture della pelle. L'ultima invece è prescritta come farmaco soprattutto per la terapia antiacne. Quelle cosmetiche si trovano con varie concentrazioni, dall'0,1 allo 0,2 per cento - tollerate anche dalla pelle sensibile - il farmaco è concentrato allo 0,05 per cento».



1. A base di galattomanni con azione retinolo-like, è la fiola dall'azione peeling della nuova linea professionale Expert Lab: Expert Lab Rejuvenating Complex di Germaine de Capuccini (da 120 euro, in istituto). 2. Ha tre attivi che agiscono in sinergia su elasticità e vitalità alla pelle: Global-Repair Intensive Sérum Nutri-Jeunesse Multi-Revitalisant di Filorga (110 euro). 3. Con Nourishing Complex, calcio e un cocktail multivitaminico, nutre, rassoda e ristruttura la cute in profondità: Superlative Crema Viso 24 ore di Korff (85 euro, in farmacia). 4. Con retinolo e niacinamide agisce sulle rughe marcate: Retinol B3 di La Roche Posay (42 euro, infarmacia).



**PUÒ ESSERE PERICOLOSO**

**Falso.** «Essendo il retinolo un cosmetico non ha effetti collaterali come quelli potenzialmente causati dal farmaco, l'acido retinoico. Il consiglio è applicarlo la sera, in quanto sensibile alla luce, su pelli che hanno bisogno di esfoliazione a fronte di danni del photoaging come rughe, macchie e ispessimenti. In ogni caso, serve gradualità. Sia per il cosmetico sia per il farmaco si comincia usandolo a giorni alterni per monitorare eventuali reazioni».

**FA PIZZICARE LA PELLE**

**Vero/falso.** «Il retinolo non è un acido come gli AHA con forte azione peeling. Detto ciò, una cute sensibile potrebbe percepire un leggero pizzicore dopo la sua applicazione».

**È CONSIGLIATO DOPO I 30 ANNI**

**Vero.** «Non si dovrebbe guardare all'età della persona ma alle necessità della pelle, tuttavia, essendo il retinolo un anti-tetà, viene consigliato a chi ha superato i trent'anni e ha bisogno di levigare le rughe sottili o di affinare i pori dilatati».

**LA PROTEZIONE SOLARE È SEMPRE NECESSARIA**

**Vero.** «La pelle andrebbe protetta ogni giorno dalla luce solare, causa primaria di fotoinvecchiamento. A maggior ragione quando è sottoposta a un trattamento a base di vitamina A, che tende a sensibilizzarla».

**NON SI PUÒ ABBINARE AD ALTRI ATTIVI**

**Falso.** «Si può usare in combinazione con altri ingredienti. Ad esempio, si può applicare la vitamina C al mattino e il retinolo la sera per amplificarne gli effetti illuminanti e antimacchia. Invece, con l'acido ialuronico, sempre in due momenti diversi della giornata e mai uno sopra l'altro, riesce a incentivare una maggiore idratazione».

**VA UTILIZZATO A CICLI**

**Vero.** «È meglio utilizzarlo nei cambi di stagione, per esempio a fine inverno o dopo l'estate, quando la pelle presenta spesso discromie cutanee o residui di abbronzatura e ha bisogno di un'ossigenazione profonda».

**AIUTA A SCHIARIRE L'INCARNATO**

**Vero.** «Stimolando il turnover cellulare, facilita l'eliminazione delle cellule morte e anche gli accumuli di melanina. In questo modo si tengono sotto controllo le macchie scure già presenti e si contrasta l'apparizione di quelle nuove».

**NON SI USA INTORNO AGLI OCCHI**

**Falso.** «Se abbiamo un retinolo stabilizzato a rilascio controllato, può essere utilizzato anche sull'area sottile e delicata del contorno occhi. La sua azione levigante infatti contrasta la formazione di microrughetto».

*“Che sia cosmetico o farmaco, il retinolo è un attivo da utilizzare in modo graduale al fine di monitorare la reazione della pelle”*



1. Riempi le rughe e, giorno dopo giorno, ne riduce profondità, ampiezza, quantità e disidratazione: Maxifiller 100 Daily Cream di Corpolibero (75,90 euro, da Marionnaud).
2. Arricchito con retinolo puro all'0,2 per cento, rinnova la pelle notte dopo notte: Revitalift Laser Siero Notte Retinolo Puro di L'Oréal Paris (18,50 euro).
3. Trattamento anti-età con l'0,1 per cento di pro-retinolo, esfolia e rigenera la pelle: Blue Pro-Retinol Multi-Correct Cream di Biotherm (74,80 euro).
4. Combinano i benefici del retinolo con l'azione idratante delle ceramidi: Retinol Ceramide Capsules Line Erasing Night Serum di Elizabeth Arden (54 euro, confezione da 30 cp).
5. Leviga la pelle grazie all'unione di retinolo vegano, olio vergine di marula e ceramidi: A-Gloei Maretinol Oil di Drunk Elephant (72 euro).