

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 €4,00 RF €4,00 COTE D'AZUR €4,20 F €4,00 D €5,50 GR €1
LUX €4,00 PTE CONT. €3,50 E €3,50 USA \$6,00 CH CHF5,20 CH1 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».



SOLUCIÓN F. ANTIEDAD ANTI-AGEING SOLUTION



LA ROCHE-POSAY RETINOL B3 SERUM



1. A base di galattomannani 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-Revitalizant 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 Marentinol Oil di Drunk Elephant (72 euro).