



GETTY IMAGES

# SKINCARE ANTINFIAMMATORIA, l'ultima frontiera della longevità cutanea

Dalla skin quality alla fotoprotezione evoluta: come contrastare l'inflammaging e preservare collagene, elasticità e longevità cutanea nella stagione più critica

di Claudia Bortolato

3 minuti di lettura

Oltre la dimensione estetica, la **skin quality** si afferma come uno degli indicatori più sensibili dello stato biologico dell'organismo. **Macchie**, rughe precoci e lassità, espressione della perdita di collagene ed elastina, riflettono i processi di senescenza sistemica, cui contribuisce in buona parte l'**inflammaging**, **micro-infiammazione cronica** e subclinica. "La **pele** diventa progressivamente più reattiva agli stress ambientali: sole, inquinamento e calore non agiscono come semplici agenti esogeni, ma come amplificatori di un'infiammazione già latente. In questo scenario, anche la variabile stagionale diventa cruciale", **osserva la dermatologa Mariuccia Bucci, past president ISPLAD.**

Il calendario ha infatti le sue trappole. "Il passaggio dall'inverno alla primavera è un primo snodo critico: dopo mesi di ridotta esposizione, la melanina è ancora poco espressa e la capacità di risposta dei melanociti è ridotta. I **primi raggi** innescano così una risposta infiammatoria più immediata e intensa". La seconda fase coincide con l'avvicinarsi dell'estate. "All'aumento della radiazione si aggiunge lo stress termico, che amplifica la cascata infiammatoria fino a trasformarla in un picco, proprio quando la pelle è più esposta", **dice l'esperta.**

## Scudo attivo

In questa prospettiva, la **fotoprotezione** evolve da barriera passiva a dispositivo biologicamente attivo, grazie alle formulazioni più avanzate, che non si limitano a schermare lo spettro UV, ma incorporano sistemi in grado di intervenire sulla risposta cellulare a luce e calore. "Filtri di nuova generazione come Tinosorb S e Uvinul A Plus, nei solari urban vengono associati a tecnologie antipollution, capaci di limitare lo stress ossidativo derivante dalla interazione tra inquinanti e radiazione solare", **spiega la dermatologa.**

In condizioni di esposizione intensa, mare o alta quota, l'attenzione si concentra su filtri altamente fotostabili e a effetto lenitivo immediato, come l'ossido di zinco, che oltre a schermare efficacemente contribuisce ad attenuare l'eritema indotto dal calore. A supporto, molecole emergenti ridefiniscono il concetto di protezione in chiave anti-inflammaging. "L'ectoina crea una sorta di 'guscio idrico' che preserva l'equilibrio cellulare anche in condizioni estreme, mentre il gliceril-glucoside (AquaGG) regola l'idratazione e contribuisce indirettamente a modulare la risposta allo stress da UV, limitando anche quello termico".

## Antinfiammatori smart

La ricerca cosmetica si sta orientando verso molecole che modulano le dinamiche cellulari alla base dell'infiammazione. I cosiddetti senolitici rappresentano una delle frontiere più promettenti: agiscono sulle "cellule zombie" (senescenti), che pur non replicandosi rilasciano segnali pro-infiammatori, alterando l'omeostasi cutanea. "Tra questi, ci sono i derivati vegetali come fisetina e quercetina e poi l'ergotioneina, definita "vitamina della longevità", insieme a molecole che mimano o supportano i sistemi antiossidanti endogeni, incluso il glutathione, che hanno mostrato la potenziale modulazione dei segnali pro-infiammatori in modelli sperimentali", **continua Bucci.**

**Peptidi biomimetici** e polinucleotidi (PDRN) agiscono invece sia come modulatori dell'infiammazione sia come attivatori dei processi riparativi, stimolando il collagene e l'elastina. Accanto a queste innovazioni, per frenare la cascata infiammatoria restano imprescindibili alcuni pilastri: gli antiossidanti come resveratrolo, vitamina C ed E; la niacinamide, che regola i mediatori infiammatori e rafforza la barriera; gli Omega 3 e 6, veicolati da **oli vegetali**, come quelli di girasole (ricco di prezioso acido linoleico), di cocco (specie per pelle secca o esposta al sole) e argan (per l'elasticità e l'infiammazione post-menopausa).

## La skincare antinfiammatoria, in pratica

Inflammaging e iper-reattività cutanea condividono una stessa "filosofia operativa": lo **skinalism**, ovvero **pochi gesti mirati**, altamente tollerabili. "Vanno sospesi gli attivi potenzialmente aggressivi, come esfolianti chimici ad alte concentrazioni di AHA o **retinolo**, privilegiando routine che preservino la barriera senza sovraccaricare la pelle", **suggerisce Bucci.** Attenzione all'acqua: se quella del rubinetto è troppo dura, meglio optare per detersioni delicate senza risciacquo o nebulizzare **acqua termale** lenitiva subito dopo il lavaggio.