

Passate sulle STRISCE

SCARSA TONICITÀ, PELLE RUVIDA, PERSINO CELLULITE VENGONO DOPO. GLI HASHTAG PIÙ POPOLARI TRA LE MILLENNIAL RIVELANO CHE SONO LE SMAGLIATURE L'INESTETISMO PIÙ TEMUTO PER LA SILHOUETTE. COLPA DI DIETE DRASTICHE, ALLENAMENTI ESTENUANTI E... DI UN EFFETTO GIRAFFA. IL RIMEDIO? CORREGGERLE. E/O ESIBIRLE. CON GRANDE ESTRO

TESTO CRISTIANA PROVERA · FOTO STRAULINO · STILL-LIFE MASSIMILIANO DE BIASE

S

SKINCARE

tracciano cinque a uno la cellulite. Secondo uno studio di Kantar Worldpanel (*Top Ten Women*), le smagliature, quelle fastidiose striature bianche che compaiono su cosce, glutei e pancia, avrebbero scalato negli ultimi due anni la vetta degli hashtag più ricercati dalle Millennial in tema di inestetismi del corpo. Disidratazione, perdita di compattezza, pelle ruvida vengono dopo. E la famigerata cellulite arriva solo al quinto posto. Un cambio di prospettiva dovuto, innanzitutto, all'evoluzione della specie. Ricordate le giraffe di Darwin che hanno dovuto allungare il collo per arrivare al cibo e riuscire a sopravvivere? Che sia una coincidenza o meno, è un dato di fatto: pure tra gli umani, le nuove generazioni sono molto più alte di quelle del secolo precedente e hanno guadagnato preziosi centimetri anche nell'ultimo decennio. Lo attesta una ricerca eseguita nel 2016 da Ncd Risk Factor Collaboration (rete internazionale di ricercatori che collabora con l'Oms) e lo ribadiscono i dermatologi, che ne vedono le conseguenze sulla pelle. ➔





DISSOLVENZE

Sfruttare la sinergia di erbe & alghe

1 • IMPEGNI VEG Meno larghe, meno lunghe, meno profonde. In una parola, meno visibili. Sono le promesse di Body Partner, trattamento anti-smagliature di Clarins. Agisce con estratti di banana verde e centella asiatica (175 ml, € 52).

2 • ONDE D'URTO Contiene oli di canola, oliva e mandorla dolce. Ma è l'ondata di Life Plankton a rendere Multi-Corrective Body Oil di Biotherm un potente booster per rigenerare l'elasticità della pelle (125 ml, € 56, su sephora.it).

3 • FITO-IMMERSIONI La Crema Rassodante Corpo Perfetto Cell-Plus previene le "strie rubrae" con una miscela di cardo, rafano e grano, condita con alghe azzurre e acido ialuronico a tre pesi molecolari (200 ml, € 23, in erboristeria).

SKINCARE

NON SONO PIÙ UNA QUESTIONE DA TEENAGER.
NÉ FEMMINILE. NE SOFFRONO SEMPRE PIÙ ANCHE SPORTIVI
E BODY BUILDER. SENZA DISTINZIONE DI ETÀ E DI SESSO

Prima di farsi prendere dal panico, proviamo a riflettere sull'affermazione più celebre del re dell'aforismo americano Aaron Haspel: "Correggendo troppo assiduamente i difetti, si finisce per attenuare i punti di forza". E prendiamo esempio da Sara Shakeel, artista pakistana da 986mila follower che l'ha fatta sua, diventando celebre in tutto il mondo per aver trasformato le smagliature in opere d'arte. Al motto di "tutto può diventare esteticamente piacevole", le ha ricoperte di glitter e cristalli, mutando l'inetetismo in qualcosa da fotografare e postare con orgoglio. Si sono rivolte a lei la top curvy Ashley Graham per far brillare le striature della gravidanza e la modella-attivista Winnie Harlow per intervenire sulla vitiligine. E tra le sue fans ci sono regine di bellezza come Jennifer Lopez, Rihanna e Kendall Jenner. Un esempio più vicino? In Spagna, imperversa la body art della giovanissima Cinta Tort Cartró, che esalta le problematiche legate al corpo femminile dipingendole nei vivaci colori dell'arcobaleno. Un gioco che si può fare a tutte le età, visto che la comparsa delle smagliature non è più solo una questione da teenager. «Se i cambiamenti ormonali dell'adolescenza restano tra le cause principali», spiega la dermatologa Mariuccia Bucci, «ultimamente abbiamo constatato un significativo incremento della comparsa di strie atrofiche anche dopo i vent'anni». E allora, fuori dal gioco (e da Instagram), se si vuole davvero fare i conti con le smagliature, bisogna cambiare alcune cattive abitudini dell'era contemporanea. Inseguire una silhouette sagomata a tutti i costi, "uccidendosi" di pesi e integratori, se da un lato sembra aver allontanato il fantasma della cellulite (e dell'età che avanza), dall'altro ha fatto proliferare quello delle smagliature (e non solo tra la popolazione femminile). «Al di là della predisposizione familiare, a mettere in moto gli stati infiammatori che generano la rottura delle fibre elastiche nel derma sono gli sforzi esagerati e reiterati fatti in palestra per favorire un rapido aumento della massa muscolare. Sportivi e body builder ne sono una testimonianza», spiega la dermatologa. «La colpa è del cortisolo, l'ormone prodotto dalle ghiandole surrenali in casi di forte stress fisico e mentale: è lui a inibire la produzione di fibre elastiche anche nei corpi giovani». ➔





FATTORE SCIVOLO

Cancellare i segni con oli & vitamine

1 • PRIMA E DOPO Bariéderm Cica-Olio dermatologico di *Uriage* ha un'azione preventiva, grazie agli oli di jojoba, avocado e girasole. E si prende cura delle cicatrici con un'aggiunta di vitamina E (100 ml, € 16,90, in farmacia).

2 • TOTALE Altamente emolliente, *Rilastil* Elasticizzante Olio coccola neonati e donne in gravidanza. E allevia pelli secche e cicatrici, mixando argan, jojoba, oliva, crusca e plukenetia con vitamine E e F (130 ml, € 19,90, in farmacia).

3 • CRONO-TERAPIA Phytolastil Soluté è il siero-gel concentrato anti-smagliature di *Lierac*. A base di alchemilla, edera ed equisetto, tonifica il derma e ridona elasticità ai tessuti in otto settimane (75 ml, € 20,90, in farmacia).

SKINCARE

CREATIVE COME LA SPAGNOLA CINTA TORT CARTRÓ O LA PAKISTANA SARA SHAKEEL NE HANNO FATTO QUALCOSA DA FOTOGRAFARE E POSTARE CON ORGOGLIO

Le cattive abitudini da correggere vanno cercate anche nel campo dell'alimentazione. «Ho visto tante ragazzine rovinate da diete lampo prescritte dalle amiche, preferite a una sana attività fisica, per esempio in piscina», racconta la biologa nutrizionista Elisabetta Macorsini. «Tutte le diete che si basano esclusivamente sull'eliminazione drastica di una categoria di alimenti, come quelle iperproteiche, fanno più male che bene». La perdita repentina di peso, infatti, non solo è destinata a non durare nel tempo, ma rischia di segnare in modo indelebile metabolismo e corpo. «Nell'ambito di una dieta varia ed equilibrata, come può essere quella mediterranea, per prevenire l'insorgenza di smagliature è necessario non dimenticare mai di usare gli oli che aiutano a mantenere la pelle elastica e a veicolare la vitamina A (protettrice proprio della pelle, ndr) contenuta in carote, pomodori e verdure a foglia verde», continua l'esperta. «Uno su tutti è l'olio extravergine di oliva. Assicuratevi, però, che derivi da spremitura a freddo e sceglietelo per la data di produzione più recente, invece che per la scadenza più lunga: così sarete certe che abbia conservato intatte tutte le qualità organolettiche e le proprietà nutrizionali». Gli oli, non solo alimentari, infatti, si confermano i migliori amici della pelle contro le smagliature. Che siano d'oliva, di mandorla dolce o di calendula, l'importante è che vengano massaggiati con costanza sulla parte critica per aiutare a elasticizzare i tessuti. Senza mai dimenticare la giusta dose d'acqua: non meno di due litri al giorno per togliere le striature di torno. «In campo medico si è diffuso molto anche l'utilizzo del laser frazionato», precisa Bucci. «È importante, però, ricordare che la smagliatura è una cicatrice, che si può migliorare, ma non cancellare». E se anche Kylie Jenner sembra averne preso atto, dichiarando di essere felice delle sue smagliature in quanto "dono della piccola Stormi" (sua figlia), anche a noi "comuni mortali" non resta che trovare un equilibrio: prendiamocene cura fin dove si può, accettiamole laddove non si può fare nulla. Magari divertendoci a truccarle e a impreziosirle, per affrontare con un nuovo spirito ogni sfida. Prova costume compresa. ■