

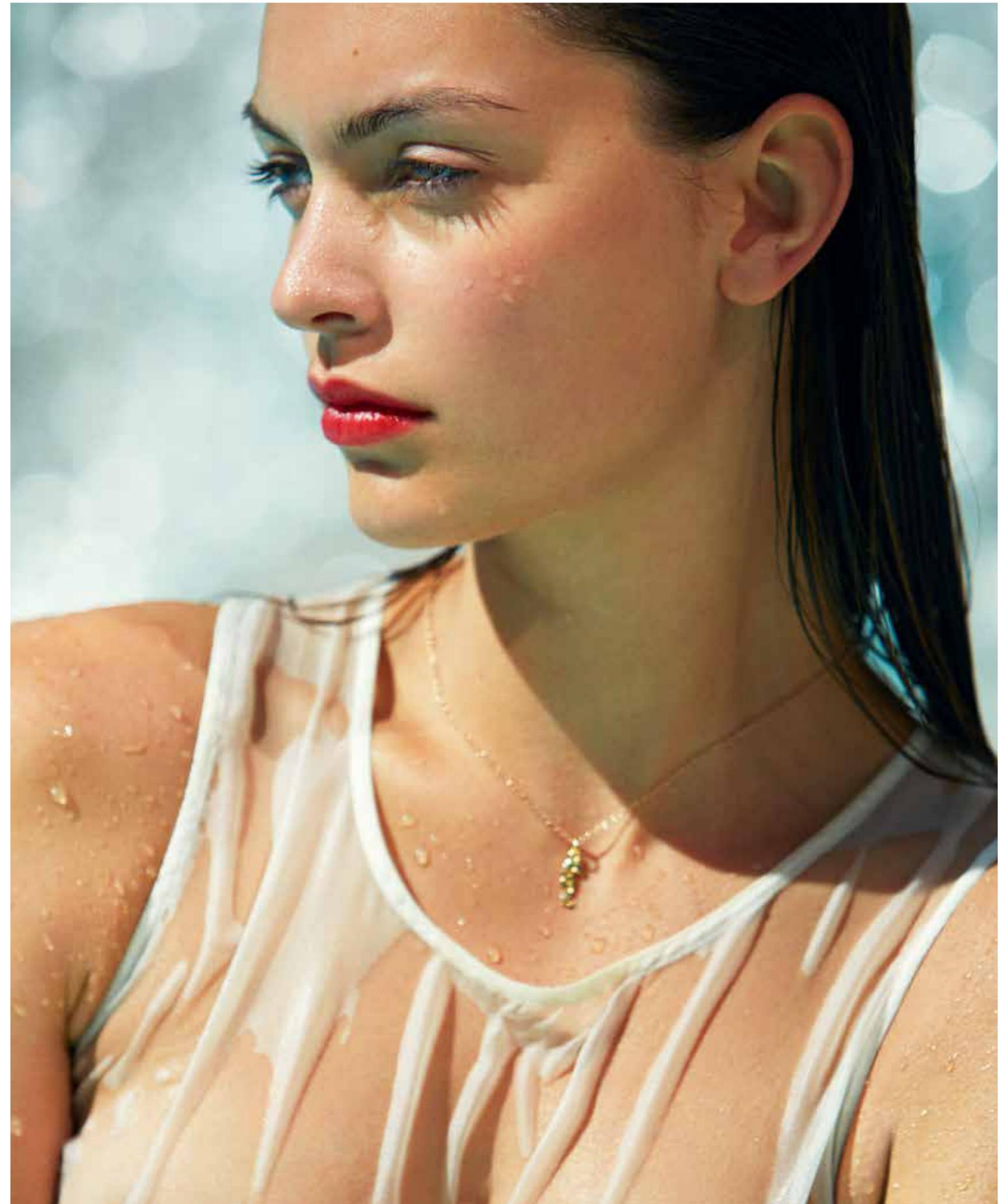
FUTURO LIQUIDO

L'idratazione è diventata l'ultima frontiera della cosmesi. Indispensabile per mantenere la pelle non soltanto giovane, ma anche resiliente. A riprova, l'affacciarsi di formule dissetanti sempre più personalizzate e hi-tech

di Simona Fedele - testi di Daria Manzini

C'ERA UNA VOLTA LA CREMA IDRATANTE: un po' defilata rispetto all'antirughe, serviva solo in caso di ruvidità. Negli ultimi anni, invece, c'è stato un cambio di passo e l'idratazione è diventata protagonista delle formule più avanzate. «Un bene per la pelle, che immagazzina il 30 per cento dell'acqua presente nell'organismo, ovvero circa 5 litri», commenta Mariuccia Bucci, dermatologa a Sesto San Giovanni e presidente Isplad. «Una scorta che in profondità assicura il ciclo di vita ottimale delle cellule, mentre in superficie garantisce la resistenza dello strato corneo alle aggressioni esterne». Quando viene a mancare, l'epidermide ci rimette in bellezza e salute. «Diventa

più sensibile e irritabile, perde elasticità e consistenza e, di conseguenza, si rilassa». Non si tratta di un semplice fatto estetico. «Il moderno approccio dermocosmetico all'idratazione punta a mantenere efficienti tutte le funzioni cutanee», dice Andrea Bovero, presidente dell'associazione professionisti del benessere World Spa Organization. «Si basa sul principio delle quattro R: riequilibrare il metabolismo cellulare, ripristinare la barriera superficiale, riattivare i processi fisiologici, rigenerare le cellule cutanee. L'intenzione è agire a più livelli, tant'è vero che non si parla più solo di cosmetici, ma di trattamenti in & out». Le buone abitudini di vita? Bere circa due litri ►



BRUNO POINARD/TRUNK ARCHIVE

d'acqua al giorno. Mangiare, oltre a tanta verdura e frutta di stagione, alimenti ricchi di grassi omega 3 e 6 come pesce azzurro, alghe, frutta secca, che rafforzano il film idrolipidico protettivo. **Praticare attività fisica, reintegrando i liquidi persi con il sudore, per aumentare l'irrorazione dei tessuti.** Meno scontati i benefici del massaggio: si è scoperto che stimolare i recettori nervosi con un tocco delicato aumenta le scorte idriche del derma.

Idratazione sartoriale grazie al fattore PI

Oggi è tempo di PI, ovvero idratante personalizzato. Texture e principi attivi si adeguano così a una serie di elementi variabili. In primo luogo le caratteristiche cutanee: **se si arrossa o si screpola facilmente, nelle formule devono prevalere i lipidi effetto diga**, per esempio ceramidi e acidi grassi vegetali. In caso di grana irregolare, incarnato spento, impurità servono, invece, emulsioni acquose arricchite da agenti anti infiammatori. **«La struttura della crema, poi, deve cambiare secondo le condizioni ambientali e il clima, freddo o caldo»**, aggiunge Elio Mignini, cosmetologo, direttore della Società italiana chimica e scienze cosmetologiche. Non a caso, le attuali formulazioni condividono l'idea di pret à portér cosmetico, differenziato per le stagioni. Il loro potere idratante è scientificamente misurabile con due test, effettuati dal dermatologo e in alcune farmacie. «La corneometria valuta la quantità di acqua dello strato corneo prima e dopo l'applicazione. L'evaporimetria misura la perdita d'umidità transepidermica». Ma il sistema più immediato è affidarsi alle sensazioni che trasmette la pelle: dovrebbe "bere" il prodotto

in pochi istanti diventando subito più compatta. **Tira ancora o sembra appiccicosa? Nel primo caso ha bisogno di maggiore nutrimento, nel secondo una texture più leggera.**

Brume, tonici, mask le nuove forme dell'acqua

In estate sole, caldo e sbalzi climatici inaridiscono il viso. Per idratarlo arriva una nuova generazione di dissetanti: face mist, sieri ibridati con tonici, hydra mask hanno la freschezza e la consistenza dell'acqua,

ma sono ricchi di attivi diversificati. Merito di emulsionanti acquosi che shakerano le sostanze utili. **«Lipidi e polimeri intrappolano l'acqua come spugne e la diffondono in profondità, impedendo che evapori.** Un sistema che permette di combinare efficacia e piacevolezza sensoriale», spiega il cosmetologo. Rubate allo skincare orientale le face mist, brume da vaporizzare al bisogno, assicurano un plus di estratti vegetali antiossidanti, filtri per il sole e la luce blu. **I sieri-lozione, invece, sono fortemente umettanti, affinano la grana, uniformano.** Adatti a ogni pelle, sono un vero

L'acido ialuronico deriva da mais e grano, Hyaluronic Acid Serum The Organic Pharmacy (40 euro).

Ad azione rimpolpante maschera gel, Hyalu-Flash Réponse Corrective Matis Paris (44 euro).



Disseta fino a 48 ore consecutive, Siero Liquido Ultra-Idratante Hydra Végétal Yves Rocher (16,95 euro).



Vanta 5 tipi di acido ialuronico, Hydra-Hyal Laboratories Filorga (45 euro).

Incrementa resistenza ed elasticità tissutali, Siero Antirughe Hydrotenseur Rilastil (39,90 euro).



Attenua le rughe, leviga e idrata, Milèidi Pro Solution Hino Natural Skincare (74 euro).



Lenisce le pelli più sensibili di notte, Dermallergo Nuit Toleriane La Roche-Posay (25,50 euro).



Ideale in caso di disidratazione rimpolpa, Masque Intensive Hyaluronic Institut Esthederm (39 euro).

Concedersi rituali distensivi idrata la pelle. Infatti lo stress indebolisce la funzione barriera dell'epidermide, favorendone la disidratazione

lunga durata per favorire riparazione e rigenerazione cellulare. Trauardo raggiunto grazie all'impiego di zuccheri che fissano le molecole di acqua, e particolari sistemi che supportano i meccanismi di auto-irrigazione, come le acquaporine.

Formule drinking sempre più performanti

L'ultima frontiera della cosmesi? Assicurare alla pelle un'idratazione capillare, a flusso continuo. Un salto di qualità iniziato con **l'impiego di acido ialuronico con pesi molecolari diversi.** «L'acido ialuronico ha un valido potere assorbente e favorisce la produzione di collagene», ricorda Elio Mignini. «In natura è una molecola di grosse dimensioni che non è assorbita. **Ridotta a un peso medio o basso, invece, migliora la sua performance idratante in profondità.** Per frenare l'evaporazione d'acqua interna alla pelle si ricorre a lipidi, amminoacidi e probiotici, che garantiscono l'equilibrio della flora batterica protettiva. La prossima tappa? «Non limitarsi ad apportare dall'esterno elementi utili, ma stimolarne la produzione da parte dell'organismo. Sono allo studio soluzioni per aumentare la sintesi di filaggrina, proteina che previene secchezza e desquamazione: prodotta soprattutto di notte, degradandosi migra nello strato corneo, dove svolge una funzione idratante e difensiva dagli ultravioletti». **F**

underwear cosmetico, da mettere sotto la crema. Infine le maschere dalla base liquida con estratti vegetali o marini hanno un'azione rimpolpante. Si possono applicare anche sul contorno occhi, perché non sono occlusive e non si risciacquano.

Metti la sete a riposo per dormire meglio

«Assumere la giusta quantità di liquidi aiuta a dormire meglio», consiglia Umberto Solimene, presidente della federazione mondiale termalismo e climatologia Femtec e

membro dell'Osservatorio San Pellegrino. «L'organismo regola l'idratazione in base a complessi meccanismi ormonali, sincronizzati sul ciclo sonno veglia. In particolare, **se è disidratato, per non perdere liquidi, aumenta la produzione notturna di vasopressina, ormone anti diuretico che influisce sul risveglio anticipato.** La ricetta per non disidratarsi dentro e fuori? «Consumare da sei a dieci bicchieri di acqua oligominerale o media minerale al giorno: uno a colazione, due a pranzo, due a cena, mezzo litro lontano dai pasti». Anche le creme notte puntano su un'azione dissetante a

STAI CERCANDO IDRATANTI SPECIALI?

PER SPEGNERE LA SETE DELLA PELLE, INQUADRA CON LO SMARTPHONE IL QR CODE E SCOPRI TANTE ALTRE "BOMBE D'ACQUA" PER IL VISO, FRESCHE E RIMPOLPANTI