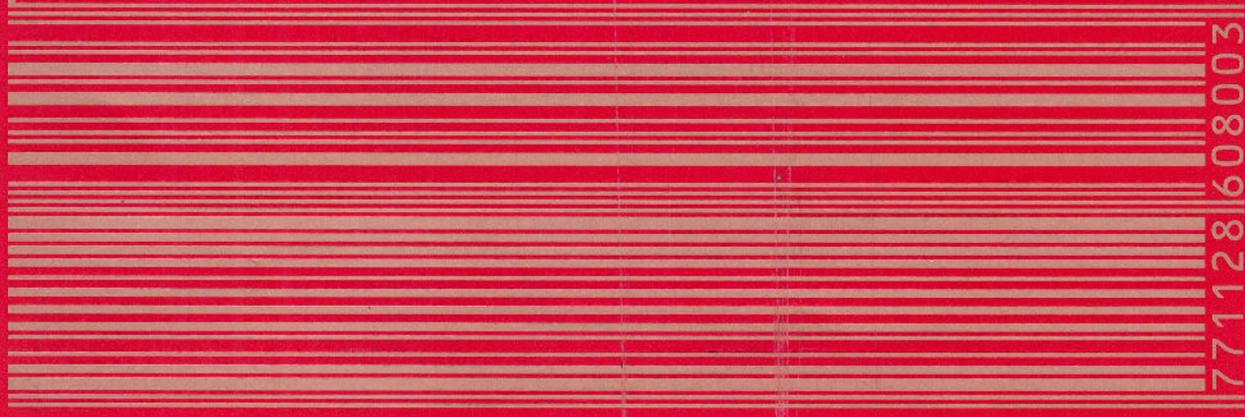


23 OTTOBRE 2021

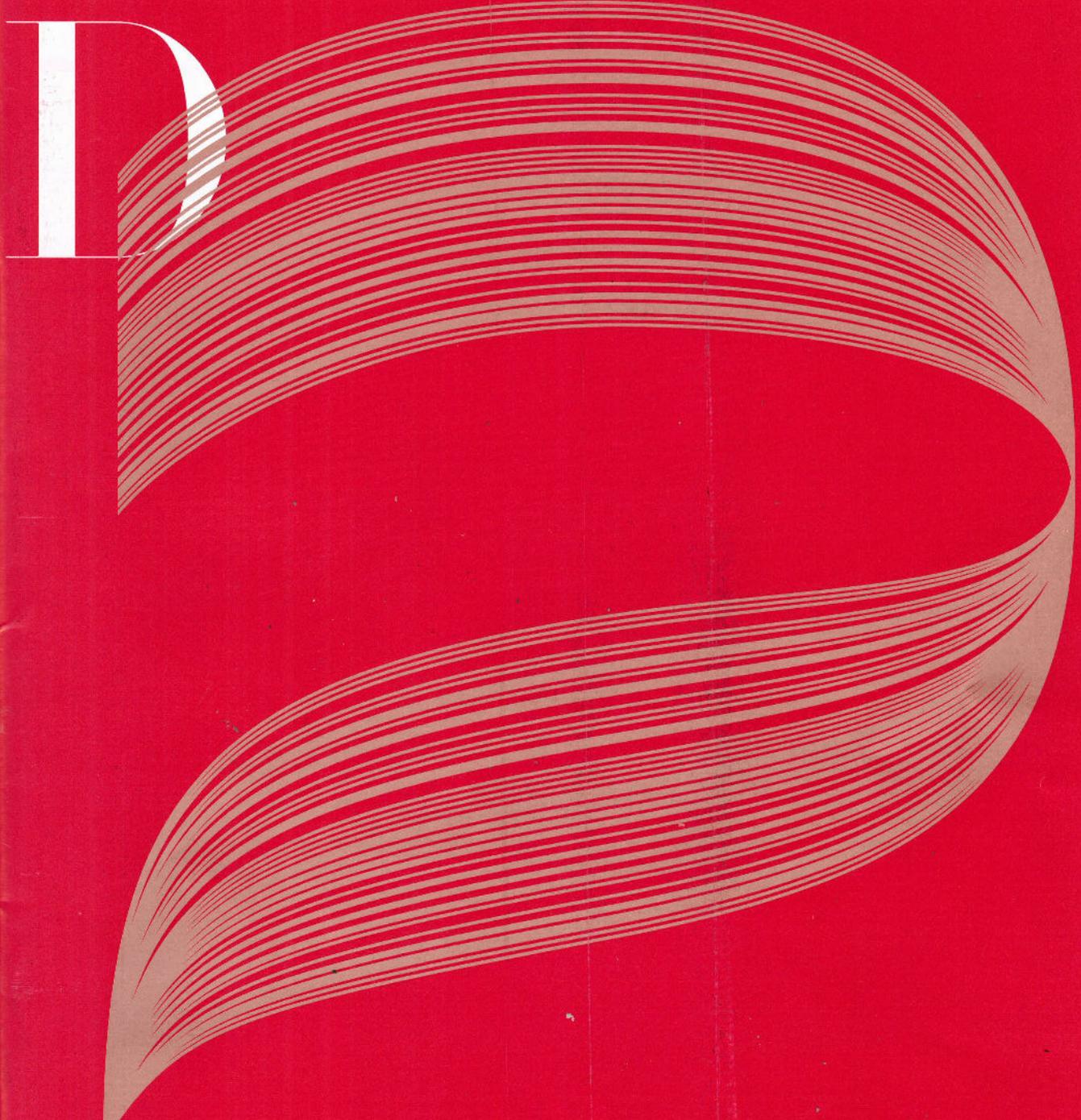


9 771128 608003

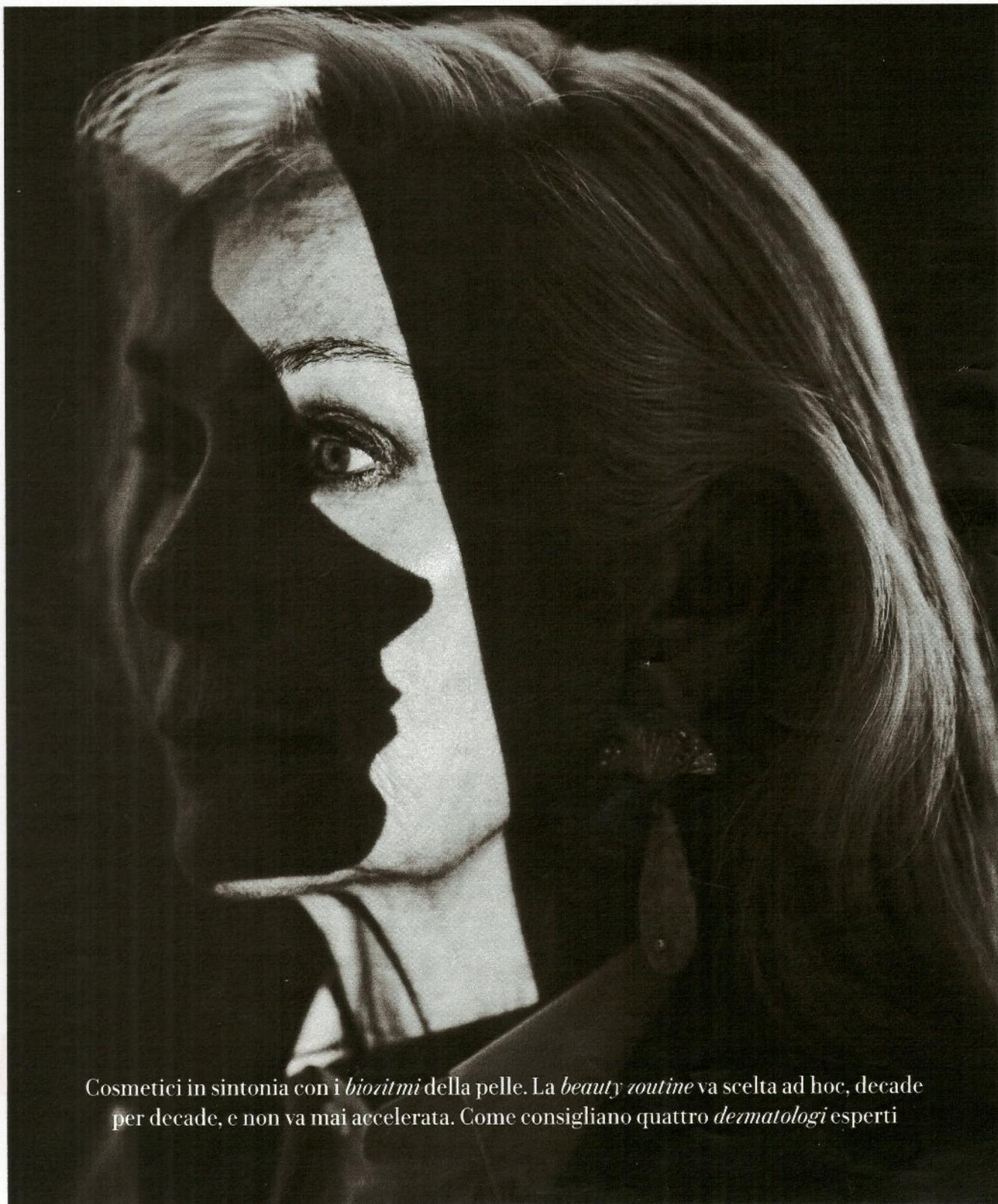
N.1261

VOLUME Moda e Beauty

la Repubblica



L'ETÀ GIUSTA



Cosmetici in sintonia con i *biozimi* della pelle. La *beauty routine* va scelta ad hoc, decade per decade, e non va mai accelerata. Come consigliano quattro *dermatologi* esperti

35/45

Segni di stanchezza? Ci vuole *energia*

DI Rita Balestriero

SÌ, IL TITOLO ORIGINALE era *Home Again*, ma per una volta la traduzione italiana era più forte: *40 sono i nuovi 20*. Era il 2017 e la biondissima protagonista del film, Reese Witherspoon, la cifra tonda l'aveva raggiunta da poco. E sì, le quarantenni di oggi sono diverse per spirito, traguardi, ambizioni, rispetto a come lo sono state le loro madri, ma la biologia è la stessa. «Dopo i 30 il ricambio cellulare rallenta, e così la produzione di collagene», spiega Mariuccia Bucci, dermatologa presidente di Isplad (International-Italian Society of Plastic-Aesthetic and Oncologic Dermatology). «Si formano le prime rughe, che non sono profonde, mentre quelle d'espressione possono già essere marcate». Così, è il momento in cui ascoltarsi, osservarsi e decidere come agire per rallentare l'aging. «Ricordo sempre alle pazienti che lo stile di vita è fondamentale: non basta non fumare, è importante proteggersi dal sole, fare attività fisica e dormire almeno 7-8 ore».

E poi entra in gioco lo stress, anche se non è una novità per chi ha superato i 35 anni. «La pelle ha una produzione di cortisolo intrinseca e questo incide sul suo aspetto. Ecco perché, avvicinandosi ai 40, si possono verificare problematiche ormonali come episodi di acne anche violenta, magari mai sperimentati prima». Soluzione? «Cure topiche e, nei casi difficili, un ciclo di antibiotici». Ma se c'è una certezza nella beauty routine è l'importanza dell'idratazione. «L'acido ialuronico è un attore centrale, quindi si sceglierà tra cosmetici che aumentano l'ossigenazione, vitamine, retinolo o antiossidanti».

È l'ora dei primi trattamenti estetici? «Spesso le clienti intorno ai 40 arrivano da me spaventate dalle prime rughe, ma non bisogna farsi prendere dall'ansia o si rischia di strafare. Noi professionisti dobbiamo spiegare che l'obiettivo è rallentare l'ageing senza stravolgere il viso». Come? «Per esempio, proponendo sedute di biorivitalizzazione (leggi micro iniezioni di acido ialuronico o altre sostanze su tutto il viso), oppure di radiofrequenza (migliora tono e texture). O ricorrendo a filler a base di acido ialuronico a diversi pesi molecolari, o a soft laser per contrastare le macchie».

			
FREQUENZA: MATTINA E SERA	FREQUENZA: MATTINA E SERA	FREQUENZA: PELLI SECCHE MATTINA+SERÀ	FREQUENZA: MATTINA E SERA
Defence Skinergy Crema Attivatrice di Bionike Per la pelle stressata.	Defence Skinergy Siero Contorno Occhi di Bionike Via le occhiaie.	Defence Skinergy Balsamo Riattivatore di Bionike Per le pelli disidratate.	Defence Skinergy Ampolle di Bionike Contengono un siero concentrato.
			

