

L'abbronzatura: così **dura di più**

Maschere alla vitamina C e biostimolazioni. Il trattamento più nuovo? La redermalizzazione

Passato Ferragosto, la curva del dolce far niente inizia a precipitare. Se molti, potendo scegliere, preferiscono la partenza fuori stagione, i villeggianti tradizionali sono già in odore di rientro. E mentre ci si organizza per non dissipare la riserva di relax da spendere in autunno, c'è chi prolunga l'influsso benefico del sole prendendosi cura della tintarella. Già, perché si combatte la sindrome da ritorno in città anche con l'abbronzatura.

Come conservarla il più a lungo possibile? La beauty routine di mantenimento inizia dalla detersione: «È bene preferire la doccia al bagno e, al posto dei prodotti schiumogeni, utilizzare un buon olio o un gel», suggerisce Maria Gabriella Di Russo, medico estetico. L'idratazione è un'altra regola aurea per combattere il fotoinvecchiamento. «Innanzitutto bisogna valutare in quali condizioni si presenta la

pelle dopo l'esposizione al sole — sottolinea Vittorio Gennaro, medico estetico —. Se non è stata preparata con integratori e trattamenti mirati e non è stata protetta con creme ad alto filtro solare può risultare disidratata, ispessita e desquamata. È consigliabile quindi applicare emulsioni a base di acido ialuronico e maschere contenenti vitamina C».

L'esfoliazione, che può rivelarsi utile per uniformare il colorito, deve essere centellinata: «Un gommage delicato con microgranuli una volta alla settimana — spiega Di Russo — permette di eliminare le cellule morte e i residui di melanina, rendendo omogenea l'abbronzatura residua». Dalle buone pratiche fai-da-te ai trattamenti ambulatoriali: «Il peeling chimico che associa l'acido mandelico ad altri attivi antiossidanti, idratanti e stimolanti è adatto contro il photoaging, migliora la texture

cutanea e leviga le rughe sottili — sottolinea l'esperta —. Ha il vantaggio di poter essere applicato su tutti i tipi di pelle senza irritare o produrre bruciore». Tra le soluzioni più innovative, la redermalizzazione: «Iniezioni intradermiche somministrate mediante tecnica a pomfi di acido ialuronico non cross-linkato e acido succinico che migliorano in modo significativo l'elasticità, l'idratazione e la qualità della pelle». «La biostimolazione è di sicuro il trattamento medico più importante — intervienne Gennaro —. Le microiniezioni di composti su viso, collo, décolleté e mani stimolano i fibroblasti. Per favorire la rigenerazione cellulare si possono utilizzare i fattori di crescita piastrinici o prodotti certificati a base di aminoacidi, vitamine, sali minerali e acido ialuronico».

Se l'alimentazione è un'ottima alleata prima dell'esposizione al sole, risulta efficace

anche per conservare gli effetti dell'abbronzatura. La dieta deve puntare su cibi come lattuga, radicchio, spinaci, cicoria, pomodori, zucca, melone e pesche. Imprescindibili l'olio d'oliva e la frutta secca, ricchi di vitamina E. Per non sbagliare, vale la regola delle cinque porzioni quotidiane di frutta e verdura. E bere molto, almeno due litri di acqua al giorno, per garantire al corpo il giusto livello di idratazione. Gli antiossidanti aiutano a contrastare i radicali liberi, responsabili dell'invecchiamento cellulare, prodotti dal photoaging. In alternativa a profumi o prodotti contenenti alcol che potrebbero inaridire la pelle e causare la comparsa di macchie, sono preferibili le acque profumate e le creme a base di oli essenziali almeno fino all'autunno. Da evitare anche gli indumenti troppo stretti e aderenti, che attraverso lo sfregamento potrebbero creare un effetto esfoliante indesiderato.

Maria Egizia Fiaschetti

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Ogni settimana

Un gommage delicato con microgranuli per eliminare cellule morte e residui di melanina

Senza alcol

Acque profumate in alternativa a profumi che possono inaridire e causare macchie

Le regole

- Preferire la doccia al bagno e lavarsi con detergenti a base di betacarotene e carotenoidi
- Mantenere la pelle idratata utilizzando creme all'acido ialuronico e maschere alla vitamina E

- Tra i trattamenti medico-estetici di può ricorrere alla redermalizzazione per migliorare l'elasticità della pelle
- Bere molta acqua e consumare cinque porzioni di frutta e verdura al giorno
- Evitare l'abbigliamento troppo stretto e optare per i tessuti leggeri

