

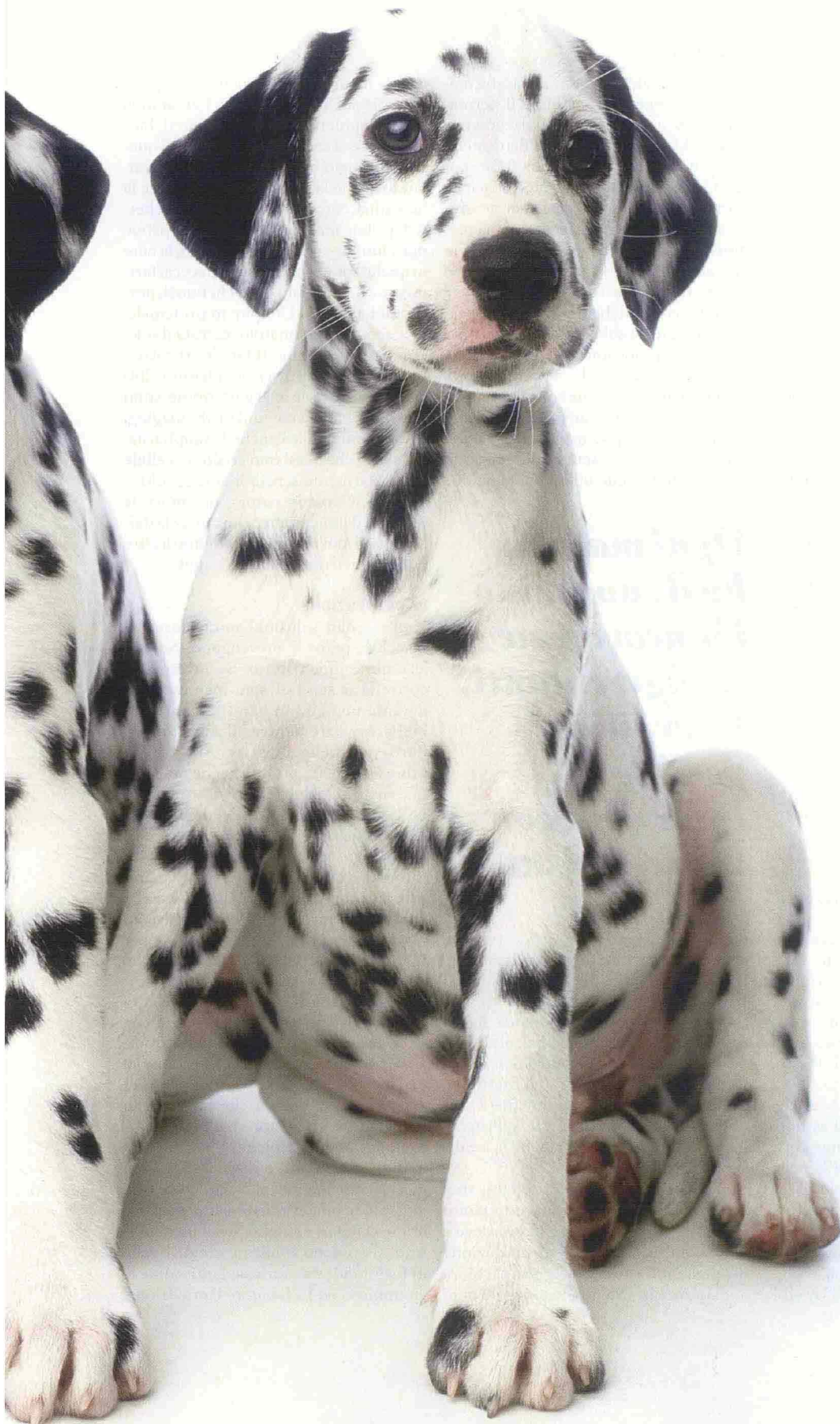
Inchiesta

Generazione dalmata

CI SONO LE MACCHIE CUTANEE CAUSATE DA SELVAGGE ESPOSIZIONI AL SOLE E QUELLE LEGATE AGLI ANNI CHE PASSANO. LA BUONA NOTIZIA, PERÒ, È CHE, TUTTE, POSSONO ESSERE TRATTATE

TESTO ANNA CAPELLI

Pat Doyle / Corbis



Chiamale, se vuoi, dark spot

È più carino, ma la sostanza non cambia: piccole o estese su viso, collo, décolleté e mani, le macchie restano un inestetismo da curare.

Inchiesta

S

iamo la generazione dalmata. Quella, numerosissima, delle baby boomer. Eravamo ragazze negli sciagurati anni Ottanta. E abbiamo trascorso estati intere ad arrostirci al sole, al ritmo di vamos a la playa, spalmate di qualunque intruglio: grasso di mucca, olio d'oliva o di cocco, birra, fichi frullati. Il filtro solare ci era sconosciuto. Anzi, per accelerare l'abbronzatura cercavamo di aumentare il riverbero aprendo un foglio di metallo a specchio sotto il viso. In compenso conoscevamo bene i rimedi contro le ustioni solari, di cui soffrivamo fin da piccole: impacchi di Foille, Fargan, Aspirina à gogo. Diventavamo nere come il carbone e, una volta rientrate in città, combattevamo l'inevitabile sbiancamento a colpi di lampade Uva (i raggi, per intenderci, che penetrano in profondità e danneggiano il Dna cellulare). Non possiamo stupirci, ora, se siamo piene di macchie come i cuccioli de *La carica dei 101*. Un problema generazionale? Solo in parte. Perché, in realtà, le macchie sono in costante aumento anche tra le donne più giovani, tra le trentenni, per esempio.

LE CAUSE

Intanto c'è macchia e macchia, come sulle tovaglie. Le prime discromie si possono notare fin da ragazze, se ci si comporta in modo non corretto. «Se si fa una ceretta sul labbro superiore e poi ci si espone al sole tutto il giorno, è facile ritrovarsi con l'intera zona scurita. Lo stesso può capitare», sottolinea il dermatologo Antonino Di Pietro, presidente fondatore dell'Isplad, «a chi prende la pillola anticoncezionale, alle donne in gravidanza, a chi assume farmaci fotosensibilizzanti come certi antibiotici. In tutti questi casi la pelle è indebolita e resiste meno bene all'aggressione dei raggi solari». In questa situazione, il cervello sente una sorta di segnale d'allarme e ordina ai melanociti di produrre più melanina, il pigmento che difende la cute dagli Uv ed è

responsabile dell'abbronzatura. «La melanina in eccesso», aggiunge il dermatologo, «si aggrega in modo irregolare e forma chiazze scure sfumate dette melasma, che interessano le zone fotoesposte. Queste possono attenuarsi o sparire durante l'inverno, ma l'estate successiva ricompaiono, perché la pelle ha una memoria e ricorda di doversi proteggere attivamente». Per fortuna di noi donne questo tipo di discromie risponde bene alle cure cosmetiche e ai peeling e spesso scompare da solo dopo qualche anno di accurata protezione solare.

Di tutt'altra natura le macchie senili, quelle legate all'età, ché solo a nominarle mettono un po' di ansia. È più carino chiamarle dark spot, ma la sostanza non cambia: possono essere minuscole, piccole o grandi come una moneta da due

Ogni macchia ha il suo omino bianco: creme depigmentanti, laser, micro peeling o interventi con la luce pulsata

euro; e punteggiano viso, collo, décolleté e mani. Soprattutto se si ha un certo tipo di pelle. Precisa la dermatologa **Magda Belmontesi**, docente presso la Scuola Superiore di Medicina Estetica Agorà di Milano: «La melanina che conferisce colore a pelle, occhi e capelli determina il fototipo di ciascuno. Più il fototipo è scuro, più si macchia facilmente. Oltre che il comportamento al sole, sulla ipermelanosi, quindi, incide anche la predisposizione genetica».

Proviamo a immaginare che cosa succede più nel dettaglio. A un certo punto è come se la pelle andasse in overdose e il meccanismo perfetto di produzione del pigmento che ci protegge e ci colora andasse in tilt. «Mentre in gioventù ogni

cellula ha un ciclo di vita di 28-30 giorni», spiega Di Pietro, «dopo i 40 anni le cellule epidermiche rallentano il loro turnover e accade che, per alcune di queste, l'orologio interno si inceppi, rallentando anche la capacità di riassorbire la melanina. Si formano allora dei pacchetti di cellule morte e compaiono le prime macchioline scure. Con il tempo, la cute in quelle zone si fa più spessa, secca, farinosa e si instaurano delle cheratosi, percepibili al tatto». L'imputato principale, dice sempre il dermatologo, resta il sole: «I raggi Uv alterano il Dna e sregolano i meccanismi di invecchiamento cellulare, tanto che le macchie brune sono uno dei segni più comuni di photoaging. Certo, conta molto anche la familiarità, nel senso che possiamo ereditare cellule particolarmente sensibili ai raggi ultravioletti». Come in natura, insomma, la mamma dalmata genera una piccola dalmata. Che dovrà stare più attenta di altre per evitare il problema-dark spot.

LA PREVENZIONE

Non ci sono soluzioni miracolose. Le macchie, però, si prevengono. Stando all'ombra, innanzitutto. Se invece si è costrette a stare al sole (per esempio durante una gita in barca) è consigliabile schermare almeno il viso con un filtro 50+. Belmontesi avverte che «la protezione è importante anche nei mesi invernali, quando i raggi Uv attraversano le nuvole e colpiscono comunque il Dna cellulare, indipendentemente dalla temperatura». Basta pensare ai giocatori di golf, che indossano il guanto solo sulla mano che impugna la mazza: ebbene, l'altra mano di solito presenta segni di photoaging, tra cui gli spot, per la semplice esposizione all'aria aperta. «Il discorso vale tanto più se stiamo assumendo farmaci, se facciamo una cura ormonale contraccettiva o sostitutiva, se ci siamo sottoposte da poco a un intervento estetico, a un peeling profondo, ma anche se abbiamo cicatrici o esiti di acne: tutte condizioni che favoriscono l'aggregarsi irregolare del pigmento», aggiunge la dermatologa. Che consiglia quindi di schermare il viso anche nei mesi freddi con un spf 25-30. Un accorgimento in più? «Per irrobustire le membrane cellulari e migliorare il metabolismo, si possono applicare creme ricche di fosfolipidi e di antiossidanti, come le vitamine C ed E. E curare l'idratazione,

Dove (e quando)

Ecco, zona per zona, età per età, le macchie che possono comparire sul nostro corpo e le possibili cause (fonte: Magda Belmontesi, docente della Scuola Superiore di Medicina Estetica Agorà di Milano).

Viso

In giovane età macchie sfumate a mascherina (da farmaci o gravidanza); dopo i 40 anni macchie rotonde da photoaging.

Mani

A partire dai 40 anni sono le più colpite da macchie senili, perché sempre esposte alla luce.

Décolleté

Possibili conseguenze del fotoinvecchiamento sono: colore non uniforme, macchie rossastre da danni ai capillari.

Collo

Rari gli spot da invecchiamento; più frequenti le macchie scure per esiti di acne tardiva nell'area sottomandibolare.

Braccia

Chiazze sfumate da photoaging sul lato esterno (dopo i 40 anni); piccole macchie sugli avambracci (simili a lentiggini) anche in età giovanile.

Inchiesta



VERO O FALSO?

LE DONNE SONO COLPITE PIÙ DEGLI UOMINI

Vero

L'epidermide femminile subisce variazioni ormonali cicliche e fisiologiche (pubertà, gravidanza, allattamento, menopausa, assunzione di terapie ormonali) che hanno effetti fotosensibilizzanti.

LE MACCHIE COMPAGNO SEMPRE DOPO I 40 ANNI

Falso

La comparsa delle lesioni può avvenire precocemente, se si è preso molto sole per anni e senza protezione.

I TIPI MEDITERRANEI NON SI SCOTTANO AL SOLE, QUINDI LA LORO PELLE SI MACCHIA MENO

Falso

È esattamente il contrario. Il fototipo con occhi scuri, capelli scuri e colorito olivastro produce melanina in abbondanza, per cui si macchia di più.

I TRATTAMENTI SCHIARENTI DERMATOLOGICI VANNO EFFETTUATI NEI MESI INVERNALI

Vero

Il peeling non si devono eseguire a ridosso dell'estate, perché asportano le cellule morte e il film idrolipidico di superficie, che comunque proteggono la cute.

LE MACCHIE SI POSSONO MASCHERARE CON IL TRUCCO CORRETTIVO

Vero

Un buon correttore rosato, di texture fluida, da tamponare col dito prima del fondotinta, attenua lo spot. Dopo il laser, invece, l'arrossamento si annulla con un concealer verde.



che chiude le microfessurazioni della pelle», è il suggerimento di Di Pietro.

SMACCHIARE

La buona notizia è che, come in tintoria, ogni macchia ha il suo omino bianco. E può sparire, o quantomeno ridursi per sempre. Ma va trattata in modo diverso a seconda dell'origine. Le ipermelanosi che non sono legate all'età (come, per esempio, quelle dovute a traumi dalla depilazione) traggono giovamento, dice Belmontesi, soprattutto «dalle creme depigmentanti a base di attivi schiarenti come la vitamina C e l'acido cogico, dagli esfolianti delicati come quelli che contengono acidi della frutta, che rimuovono i depositi di melanina, e dalle creme ricche di antiossidanti come l'acido ferulico». Tutte cure a cui andrebbero abbinati dei peeling soft, meglio se effettuati dal dermatologo, per esempio con acido glicolico. Una buona regola, in ogni caso, è di correre ai ripari ap-

pena le macchie compaiono e sono ancora superficiali.

CANCELLARE

Le macchie dovute all'età sono invece permanenti, proprio perché derivano da un'alterazione del Dna cellulare. Di conseguenza richiedono cure più intense. Consigliamo Marcello Monti, professore di dermatologia all'Università di Milano: «Se le lesioni sono comparse da poco e hanno un colore marrone chiaro, si possono rimuovere con un micropeeling combinato, che accelera la desquamazione. Si applica una volta la settimana una lozione all'acido retinoico e negli altri giorni un mix di acido salicilico e glicolico». Attenzione, però, c'è peeling e peeling e c'è zona e zona. Precisa Pietro Lorenzetti, chirurgo plastico di Roma: «I peeling all'acido mandelic danno ottimi risultati sulle mani, mentre su viso e décolleté, dove tra l'altro la cute è molto sottile, gli effetti sono scarsi». Per questo tipo di

problema, Belmontesi consiglia allora di intervenire «con alcune sedute di luce pulsata, cioè con un macchinario che emette migliaia di lampi, in rapidissima sequenza, capaci di eliminare gli spot e rivitalizzare l'incarnato». Mentre Di Pietro suggerisce il laser, utile ad asportare soprattutto le macchie profonde: «I nuovi laser sono in grado di rimuovere un centesimo di millimetro di spessore per volta e di interagire con il colore delle macchie». Il risultato: cancellano selettivamente qualsiasi spot in una seduta, non danneggiano il tessuto circostante e lasciano solo una piccola crosticina, che andrà protetta con schermo solare 50+ per qualche settimana, fino a quando la nuova pelle - rosea - si sarà irrobustita. Va da sé che poi sono di rigore un'attenta routine cosmetica (senza eccedere con esfoliazioni e trattamenti aggressivi) e una crema giorno addizionata di filtro schermante per proteggere la pelle. Per sempre. ●

Low Long / Corbis

Inchiesta



30anni PREVENIRE IL PHOTOAGING

Non si può fare molto per contrastare l'invecchiamento cronologico, definito dal proprio Dna. Si può invece agire con un filtro solare adeguato, fluidi ricchi di vitamine e sostanze anti-pigmentanti.



Filtri solari

Una barriera contro le aggressioni quotidiane di raggi UV e inquinamento, che al contempo prepara la pelle al make up: è Base de Teint Protection Urbaine SPF 30 di **Yves Saint Laurent** (€ 50).

Alga blu

Alta tecnologia per The Radiant Serum di **La Mer**: dà luce all'incarnato, previene e combatte le decolorazioni grazie al Brightening Ferment e all'alga blu biofermentata (€ 265).



Estratto di mele

Un trattamento antiossidante e illuminante, con vitamina C, acido ferulico e fioletina estratta dalle mele, che regola la produzione di melanina. In farmacia: **SkinCeuticals**, Phloretin CF (€ 159).



40anni ESFOLIARE CON DOLCEZZA

È importante correre subito ai ripari non appena la cute presenta i primi segni di discromie. Se le macchie sono ancora superficiali, i cosmetici delicatamente esfolianti riescono a cancellarle.



Gelso bianco

Una o due volte la settimana conviene fare una maschera intensiva illuminante e schiarente; come Ideal White Masque Cristallin di **Carita**, ricca di vitamina C ed estratto di gelso bianco (€ 41,34).

Acido glicolico
Riduce le dimensioni delle macchie su viso, mani e décolleté **Melascreen** Dépigmentant di **Ducray**: un trattamento d'attacco con acido glicolico e azelaico (€ 28,90, in farmacia).



Funghi amici

Un estratto di fungo micronizza gli accumuli di melanina, poi eliminati dall'acido salicilico. Dopo otto settimane, macchie più chiare e piccole del 50 per cento. **Darphin**, Melaperfect, in farmacia (€ 65).



50anni REGOLARE LA MELANINA

Quando la pelle presenta un colorito poco uniforme e punteggiato di spot ha bisogno di trattamenti d'eccezione, che regolino la sintesi di melanina e abbiano un'azione globale anti-macchia, protettiva e curativa.



Retinolo concentrato

Blocca la formazione delle macchie e schiarisce quelle esistenti grazie al retinolo e a un acido esfoliante il Concentrato Riparatore Anti-Macchia Spf 15 della linea Magnifica di **Collistar** (€ 57).

Vitamina C

Dai laboratori giapponesi, all'avanguardia nello studio dei depigmentanti, un soin con vitamina C e attivi anti-infiammatori: **Shiseido** White Lucency Concentrated Brightening Serum Anti-Dark Spots (€ 96).



Caviale doc

Un pool di potenti attivi anti-macchia e preziosi estratti rassodanti di caviale dorato per una crema a effetto cipriato che leviga e uniforma. Da **La Prairie**, White Caviar Illuminating Cream (€ 360).

Claudio Carpi, Alessandra Benedetti / Corbis, LAN / Corbis