

CUTE E AMBIENTE

La pelle sotto assedio. Per lo smog

L'inquinamento provoca rughe e perdita di tono. I rimedi proposti dalla cosmetica

di Paola Caruso

Impossibile sottrarsi all'inquinamento. Gas nocivi, metalli pesanti e polveri sottili mettono a dura prova la pelle del viso. Soprattutto in città, dove spesso la popolazione è esposta a concentrazioni limite. Risultato dell'aria non pulita: macchie, rughe, capillari dilatati e couperose. Addirittura, nei casi più gravi, eczemi e irritazioni.

Ma possiamo combattere lo smog. Le armi? Gli anti-ossidanti. E quando le nostre difese naturali non bastano (anti-ossidanti prodotti dall'organismo), creme e fluidi ci danno una mano. Meglio se i trattamenti sono abbinati a una sana alimentazione mediterranea, ricca di frutta e verdura. «I gas e le polveri provocano stress ossidativo della pelle e la conseguenza è un invecchiamento accelerato — spiega **Magda Belmontesi**, dermatologa e docente del master in medicina estetica all'Università di Pavia —. Non parliamo soltanto di rughe, ma di discromia della cute, perdita di luminosità e d'idratazione, indipendentemente dall'età e dalla componente genetica».

L'inquinamento non fa distinzioni tra giovani, bambini e adulti. Attacca tutti. Non sappiamo ancora bene come le sostanze nocive si comportano sulla pelle, se agiscono di più singolarmente o tutte insieme. Anche perché non si tratta di un'unica molecola

da tenere sotto osservazione. Nell'aria sono presenti tanti composti potenzialmente dannosi (monossido di carbonio, ossidi di azoto, ozono, metalli pesanti e polveri di varie dimensioni) che a contratto di una superficie (viso) potrebbero interagire tra loro. Lo studio delle singole sostanze a contatto con l'epidermide e l'interazione tra il mix di composti è in corso. Ci vorrà qualche anno prima di capirne i meccanismi. Una cosa è nota: per mantenere un viso perfetto è importante iniziare a usare prodotti a base di anti-ossidanti da giovani. I dermatologi consigliano dai 25 anni in poi, prima che compaiano i «difetti» sul volto. Tanti i prodotti in commercio. Ognuno con caratteristiche specifiche per ogni tipo di problema. Un anti-macchie/anti-colorito spento è Pigmentclar Uv Spf 30 di La Roche-Posay, grazie al complesso ginkgo-acido ferulico, con una texture formulata appositamente per garantire un supporto superprotettivo, in grado di limitare l'adesione delle particelle inquinanti sulla pelle. Come C E Ferulic di SkinCeuticals: un trattamento, sempre anti-ossidante, previene l'ossidazione delle proteine indotta dall'inquinamento. «I sieri anti-ossidanti sono il futuro della cosmesi nella prevenzione dai danni dell'invecchiamento cutaneo — sottolinea Belmontesi — e l'acido ferulico è sempre

più utilizzato».

Una soluzione anti-smog, nata per la città, è la maschera di La Mer con il mix di ingredienti Miracle Broth (un cocktail di elementi anti-ossidanti naturali lasciati fermentare): 8 minuti di posa ed è fatta. «Da usare senza acqua perché il suo scopo è quello di formare un velo protettivo, ossia un film microlipidico che funge da schermo contro le sostanze inquinanti — afferma Monica Campanini, training coordinator di La Mer —. È un po' come un prodotto SOS, da utilizzare ogni tanto oppure tutti i giorni. C'è chi la mette in borsa e applica in ufficio, oppure prima di un appuntamento, quando si accorge di avere un colorito spento da rivitalizzare».

Oltre all'impiego di prodotti, la battaglia contro i danni alla pelle si combatte con piccoli accorgimenti. «La corretta detersione del viso, mattina e sera, è determinante per eliminare dalla pelle i detriti invisibili — precisa Belmontesi —. La pulizia non deve essere esagerata, altrimenti si abbattano le difese naturali. Sono sufficienti latte detergente e tonico, oppure un gel specifico. Inoltre, è importante che in casa, ci siano le condizioni per non creare stress alla pelle: per esempio non bisogna tenere il riscaldamento troppo alto ed è preferibile impiegare un umidificatore per evitare di seccare l'epidermide in modo eccessivo».



Come difendersi

Dai sieri alle creme, si studia come aiutare a contrastare il viso spento. E alcune case di prodotti di bellezza propongono maschere che formano una patina idrolipidica. Ma alla base di tutto, c'è una corretta pulizia e l'uso degli anti ossidanti sin dai 25 anni

**Guerlain**

Per contrastare i segni di fatica e stress: Siero di Orchidée Impériale (426,30 euro)

**Dior**

Rivitalizza in profondità: Crème de Nuit Haute Régénération (170,81 euro)

**La Mer**

Con i fermenti attivi che stimolano il collagene: Lifting Contour Serum (275 euro)

LA CLASSIFICA

Nella lotta alle polveri in testa c'è Verbania

Verbania, Belluno e Bolzano le città italiane più «vivibili» in fatto di inquinamento. Maglia nera invece per Agrigento e Isernia, Crotone e Messina, Catanzaro e Reggio Calabria — ma qui si tiene conto non solo delle emissioni nocive, ma anche della gestione dei rifiuti e delle acque, nonché della qualità del trasporto pubblico. Questo il quadro che emerge dalla ventunesima edizione di «Ecosistema Urbano», il rapporto di Legambiente sulla vivibilità ambientale dei capoluoghi di provincia. A proposito di aria pulita: per il biossido di azoto (No₂), Trieste, Milano, Torino e Roma fanno registrare valori oltre i 50 µg/mc.

L'esperta: «Con il viso non bisogna essere troppo aggressivi: a volte bastano latte e tonico»

**Allarme arancio**

Una donna si difende dallo smog per le strade di Pechino. In Cina l'inquinamento ha raggiunto punte preoccupanti negli ultimi mesi. L'Air Quality Index, che misura la concentrazione nell'aria delle particelle PM 2,5 cioè quella più pericolosa per la salute, segnala un livello di 496, venti volte superiore al «respirabile» (Foto: Getty Images)