

di Paola Oriunno still life di Luca Donato

Pelle impura, reazioni allergiche e rossori diffusi non riguardano solo le teenager ma, sempre più spesso, donne dai 25 anni in su. Le cause? Stress, dieta sbagliata e uso improprio di cosmetici. Ma per un viso radioso, possono bastare piccoli cambiamenti. E i consigli delle nostre esperte

Brufoli

alla tua età?!

IL PIACERE *di farti bella*



DANIEL WARD / GALLERY STOCK

Pensavate di aver chiuso il capitolo acne a 20 anni. E invece eccola riapparire in tutta la sua antipatia. Ma consolatevi, non siete le uniche teenager di ritorno. «Il problema dell'acne tardiva, conosciuta anche come "delle donne in carriera", è in costante aumento. Ne soffre circa il 48 per cento delle europee tra i 30 e i 49 anni» dice la dermatologa **Magda Belmontesi**. Ma, purtroppo, questo non è l'unico inestetismo che arrossa la pelle del viso e con cui fare i conti dopo una certa età. Tra i 30 e i 60 anni, infatti, è in agguato anche la rosacea, un fastidioso e persistente rossore che colpisce circa il 20 per cento della popolazione femminile. Ne sa qualcosa l'attrice Renée Zellweger che ne soffre da anni e ha fatto delle sue inconfondibili guanciotte rosse un simpatico segno distintivo. E che dire delle dermatiti allergiche, quelle fastidiose irritazioni che affliggono le patite del trucco realizzato con prodotti troppo aggressivi? Quale che sia la causa dei vostri brufoletti, arrossamenti e pelle che tira, due esperte vi vengono in soccorso spiegandovi come intervenire.

Magda Belmontesi è una dermatologa che si occupa di acne e rosacea. In questa intervista spiega come riconoscere i segni dell'acne tardiva e come intervenire con prodotti non aggressivi e cosmetici biologici.

donna moderna consiglia

chi ha la pelle molto sensibile deve usare con cautela anche i cosmetici biologici, cento per cento vegetali. Alcuni ingredienti, come gli oli essenziali, infatti, possono dare irritazioni esattamente come quelli chimici.

Acne

«Pori dilatati, punti neri, zona a "T" lucida e guance spente sono i classici sintomi dell'acne. Il problema è che quando questo inestetismo esplose a 30-40 anni va a sommarsi a quelli legati all'invecchiamento, dall'ispessimento dello strato epidermico alla perdita di morbidezza, dal colorito non uniforme alle rughe e al rilassamento cutaneo» spiega **Magda Belmontesi**. «La colpa dell'acne a questa età è soprattutto dei cambiamenti ormonali, dello stress e dell'utilizzo di prodotti non adeguati o troppo aggressivi. Così la cute si ispessisce ancora di più, diventa rugosa e priva di elasticità, il turn-over cellulare si allunga da 30 a 45 giorni e il viso si riempie di brufoletti rossi» dice l'esperta.

COME TRATTARLA La pulizia va fatta con prodotti non oleosi e non aggressivi, per evitare di irritare ulteriormente la pelle. «Sono perfetti i gel a risciacquo che lavano via l'eccesso di sebo e diminuiscono la carica batterica che infiamma la pelle» suggerisce la dermatologa Chiara Galloni. «I principi attivi più efficaci nel rimuovere sebo, impurità e batteri sono l'acido salicilico, che esfolia dolcemente la pelle e stimola il ricambio cellulare, e l'acido glicolico, che ha un'azione levigante, attenua le rugosità superficiali e aumenta la luminosità cutanea» consiglia l'esperta. «Subito dopo la pulizia si può applicare una crema idratante specifica per pelli impure e antimperfezioni con ossido di zinco e gluconolattone, sostanze che hanno un'azione levigante, seboregolatrice e antinfiammatoria» continua Chiara Galloni. Molte formulazioni hanno un effetto "mat" e sono, di conseguenza, ottime basi per il make up. Che deve essere, anche questo, oil free.

(segue a pagina 92)



- 1** TriAcnéal di Avène (15,60 euro) è un'emulsione leggera che attenua i segni e previene la comparsa di nuovi brufoli.
- 2** ExfoBrush PureActive di Garnier (7,90 euro) contiene acido salicilico e, grazie alle setole flessibili, deterge da tutte le impurità.
- 3** Effaclar K di La Roche Posay (14,30 euro) leviga la grana della pelle e libera i pori dal sebo in eccesso.

IL PIACERE *di farti bella*

(segue da pagina 91)

Rosacea

Capillari dilatati, rossore persistente, infiammazione. Couperose? No, rosacea. «La differenza tra le due è che la couperose si manifesta a tutte le età e ha fasi transitorie. Quindi il rossore al massimo dopo un'ora dovrebbe scomparire. La rosacea colpisce soprattutto le donne dopo i 30 anni e il rossore è persistente. Il "flushing", la vampata rossa, è localizzata su guance, naso e fronte e nei casi più gravi è associato a papule e pelle ispessita. Le cause di questo disturbo sono ancora sconosciute e non è possibile eliminare del tutto il problema: l'infiammazione si può attenuare, ma non far sparire completamente» spiega Chiara Galloni. «Sicuramente chi ha la pelle chiara e sensibile è più predisposto di altri. Anche l'alimentazione piccante e speziata, alcuni fattori psicologici (per esempio, la timidezza) e ambientali (il sole, il caldo) possono peggiorare il problema» dice l'esperta.

COME TRATTARLA «Per attenuare il fastidio e non peggiorare il rossore servono un'alimentazione corretta e un'integrazione di bioflavonoidi, vitamina C e P che proteggono i capillari. Poi si devono usare cosmetici specifici decongestionanti, con bisabololo e azulene, estratti di calendula e malva. Infine la pelle va protetta da brusche variazioni di temperatura, vento e umidità» spiega **Magda Belmontesi**. La crema idratante giusta è leggera, non occlusiva e con una buona fotoprotezione. Un'astuzia per attenuare il colorito è usare creme che hanno una leggera colorazione verde, perfetta per neutralizzare il rossore.



1 Crema Leggera Defence Rosys di BioNike (19 euro) previene i rossori diffusi e rinforza i capillari. **2** Antirougeurs Dermo-Detergente Fluido di Avène (17,30 euro) pulisce la pelle senza disidrarla ulteriormente. **3** Protechnique Maschera Lenitiva di Rilastil (25 euro), ricca di vitamine, decongestiona la pelle.

DANIEL WARD/GALLERY STOCK



GETTY



1 Eau Thermale di La Roche Posay (8,60 euro) lenisce e idrata la pelle arrossata. **2** Crema Idratante Lenitiva Pure&Natural di Nivea (8,80 euro), con camomilla e olio di argan bio, è delicatissima. **3** Eau Micellaire Démaquillante di Yves Rocher (10,95 euro), a base di tè verde e bianco, rimuove il trucco con dolcezza.

Dermatite da contatto

Si comincia a 15 anni con il make up, a 20 anni con l'antirughe, poi lo scrub, le creme e la deterzione sbagliate. E a 30-35 anni la pelle non ne può più, diventa secca, sensibile, si arrossa, non sopporta più niente. «La colpa è un uso selvaggio dei cosmetici. Spesso le dermatiti allergiche esplodono dopo anni di prodotti sbagliati, non adatti al proprio tipo di pelle. Le più giovani si truccano e si struccano più volte al giorno, usano creme di scarsa qualità, oppure le rubano alle mamme, poi da grandi, già verso i 30 anni, sviluppano intolleranze e allergie specialmente ad alcuni ingredienti, come il nichel» avverte Chiara Galloni.

COME TRATTARLA La cura della pelle sensibilizzata e stressata va fatta con prodotti semplici che hanno all'interno pochissimi ingredienti. Per accertarsi che sia un cosmetico adatto, basta controllare che non ci siano nichel, profumi, filtri chimici e conservanti come i parabeni. «La pelle sensibile si manifesta spesso con intolleranza all'acqua del rubinetto, ai detergenti schiumogeni e ai cosmetici. Per questo motivo, la prima cosa da fare è cambiare completamente la beauty routine e usare per il viso l'acqua termale. Poi, mai strofinare la pelle con dischetti o con l'asciugamano, ma tamponare delicatamente. Infine, non utilizzare tonici alcolici, che possono risultare troppo aggressivi per l'epidermide, in particolare se è molto secca e squamosa» conclude **Magda Belmontesi**.

