

elle speciale antiage

## LORO FANNO COSÌ

*Dermatologhe, specialiste in chirurgia plastica e medicina estetica: donne che sanno tutto sulla bellezza. E che a Elle hanno risposto con grande sincerità*

di GRAZIA PALLAGROSI

"LA MIA BEAUTY ROUTINE?  
SIERI HIGH-TECH  
E INTEGRATORI MIRATI"



**Mariuccia Bucci,**  
dermatologa, 48 anni  
**I SEGRETI ANTIAGING**

Mi curo con attenzione ogni giorno perché penso che la costanza sia il migliore alleato contro il tempo. Ogni mattina uso un detergente delicato perché ho la pelle mista e sensibile. Tre volte alla settimana

faccio una maschera idratante e, ogni sera, applico un siero antiaging biomimetico, che imita l'attività di alcuni fattori di crescita (come le citochine) ed è in grado di penetrare più in profondità. Assumo periodicamente integratori di acido ialuronico e collagene, per mantenere salde le strutture del derma.

**I TRATTAMENTI DI MEDICINA ESTETICA**

Ogni anno, in inverno, mi sottopongo a 4 sedute di laser non ablativo per rinforzare il mio collagene, mantenere la tonicità dei tessuti e affinare la grana della pelle, che rimane luminosa e priva di macchie. In primavera-estate ricorro a iniezioni di acido ialuronico per riempire le rughe, soprattutto quelle della zona periorale: mi piace avere le labbra turgide, come quelle che avevo da ragazza.

"FACCIO GINNASTICA CON  
IL PERSONAL TRAINER E IL  
PIENO DI ANTIOSSIDANTI"



**Anna Maria Veronesi,**  
medico estetico, 51 anni  
**I SEGRETI ANTIAGING**

Per la beauty routine utilizzo preparati galenici con un'altissima concentrazione di attivi che ordino in farmacia e poi tengo in frigo per conservarli al meglio. Alla cura quotidiana della pelle abbinò una vita sana: per esempio ho scoperto che, anche se non ho tempo di andare

in palestra tutti i giorni, con il personal trainer giusto basta una volta la settimana, e da allora sono diventata molto costante. Assumo integratori di vitamine e acido lipoico, che considero l'antiossidante migliore perché agisce su tanti fronti: potenzia l'effetto delle vitamine, aiuta a controllare il peso e schiarisce persino le occhiaie. Ma soprattutto, lavoro tanto su me stessa a livello interiore: sono più bella da quando mi sento felice.

**I TRATTAMENTI DI MEDICINA ESTETICA**

Una volta al mese mi sottopongo a un trattamento di biorivitalizzazione per nutrire la pelle in profondità con acido ialuronico, aminoacidi e fattori di crescita. A settembre, faccio delle sedute di foto ringiovanimento a mani, viso e collo per riparare immediatamente i danni del sole evitando così macchie, rughe e cedimenti.

"SEGUO UNA DIETA RICCA DI VEGETALI E PER AVERE  
LA PELLE TONICA RICORRO ALLA LUCE PULSATA"



**Flavia Guatteo, specialista in chirurgia plastica, 42 anni**  
**I SEGRETI ANTIAGING**

Ogni giorno pulisco la pelle con un detergente non aggressivo, poi applico una crema o un fluido idratante, alternandoli. Una volta al mese faccio un peeling a base di acido glicolico e periodicamente assumo integratori a base di collagene e acido ialuronico, senza rinunciare a una dieta sana e ricca di vegetali.

**I TRATTAMENTI DI MEDICINA ESTETICA**

Ogni anno, nei mesi invernali (novembre, dicembre e gennaio), mi sottopongo a una seduta di foto ringiovanimento con luce pulsata. Lo considero fondamentale per mantenere una pelle levigata e tonica, stimolando la naturale sintesi del collagene. Sempre in quei mesi utilizzo anche cosmetici specifici post trattamento, per aiutare la cute a ripristinare il film idrolipidico e le sue naturali barriere di protezione.

## elle speciale antiage

## "BOTOX PER LISCIARE LA FRONTE E CARBOSSITERAPIA PER ESSERE IN LINEA"



**Marina Romagnoli, dermatologa, 47 anni**

**I SEGRETI ANTIAGING**

Attribuisco grande importanza alla cura quotidiana: la sera mi strucco con un detergente delicato e, siccome ho la pelle sensibile, applico un siero lenitivo a base di estratti botanici e una crema idratante con acido lattobionico. Di mattina, risveglio il viso con il tonico e applico una crema idratante con Spf 30. Una volta al mese esfolio viso e corpo. Per le gambe, avendo problemi di circolazione, tutte le sere uso un gel rinfrescante e indosso sempre calze elastiche.

**I TRATTAMENTI DI MEDICINA ESTETICA**

Mi sono sottoposta con soddisfazione al trattamento con ultrasuoni focalizzati ad alta potenza per tonificare l'ovale del viso. Inoltre, faccio iniezioni di botox per lisciare la fronte. Per il corpo ho provato una volta il *Thermage* su glutei e cosce, mentre con regolarità faccio sedute di carbossiterapia: si usa l'anidride carbonica per migliorare la microcircolazione.

## "PRODOTTI SU MISURA E DIETA A BASE DI PESCE CRUDO E VERDURE"



**Riccarda Serri, dermatologa, 55 anni**

**I SEGRETI ANTIAGING**

Mi lavo con acqua, sapone e panno in microfibra. Per la routine quotidiana uso cosmetici che mi faccio preparare in un laboratorio farmaceutico con ingredienti specifici: antiossidanti, vitamine, cellule staminali. Ogni tanto ricorro a peeling e cure d'urto con prodotti a base di vitamine e antiossidanti. Non uso la protezione

solare tutti i giorni e utilizzo prodotti ecocompatibili per il make-up. Ma, soprattutto, cerco di mangiare in modo corretto: verdura, frutta, pesce crudo. Per completare la dieta assumo integratori di resveratrolo e aminoacidi.

**I TRATTAMENTI DI MEDICINA ESTETICA**

Periodicamente ricorro a iniezioni di acido polilattico e acido ialuronico, non tanto come riempitivi ma per rigenerare, idratare e ammorbidire la pelle. L'anno scorso, per rinfrescare il viso mi sono sottoposta anche a un trattamento con staminali da adipex e, in contemporanea, a un intervento di blefaroplastica.

## "PER LA MIA PELLE? SAPONE DI MARSIGLIA E PUNTURINE DI ACIDO IALURONICO"



**Maria Gabriella Russo, medico estetico, 48 anni**

**I SEGRETI ANTIAGING**

Pulisco ogni giorno la pelle con acqua e sapone di Marsiglia, alternandoli a uno scrub. Esfolio regolarmente il viso con i peeling booster per uso domiciliare (scelgo quelli a base di acido citrico e acido mandelic) in modo

da completare la pulizia meccanica con un'azione chimica che mi garantisce anche una migliore assimilazione dei principi attivi contenuti nei cosmetici.

**I TRATTAMENTI DI MEDICINA ESTETICA**

Botox due volte all'anno sul terzo superiore; con la stessa frequenza mi inietto da sola acido ialuronico per riempire le rughe nasolabiali e rimodellare dolcemente gli zigomi. Mantengo la tonicità dell'ovale ricorrendo regolarmente alla carbossiterapia e mi sono appena sottoposta a una seduta di *Thermage* su viso e collo.

## "SCHERMO TOTALE E PEELING PER DARE LUCE"



**Magda Belmontesi, dermatologa, 52 anni**

**I SEGRETI ANTIAGING**

Uso mattina e sera un detergente schiumogeno ma non amo latte e tonico. Di giorno applico sul viso un siero antiossidante con acido ferulico e vitamine E+C se è inverno, con vitamine C e

floretina se è estate. Proseguo con una crema idratante e sempre uno schermo solare 50.

Di sera utilizzo, invece, siero o crema a base di acido glicolico (in inverno) che alterno a cosmetici a base di acido ialuronico e gluconolattone (un polidrossiacido) in estate. Assumo sempre per bocca aminoacidi associati a fitoestrogeni di soia.

**I TRATTAMENTI DI MEDICINA ESTETICA**

Ricorro spesso al peeling medico (chimico): in media prevedo 3 sedute nel periodo invernale per dare luminosità alla pelle, perché mi piace molto l'incarnato chiaro e pieno di luce. Quando ho tempo, mi faccio da sola delle iniezioni di acido ialuronico idratante.