

GRAZIA • BELLEZZA

# Fronte, collo E MANI

Con creme-filler, peeling schiarenti, maschere nutrienti E TRATTAMENTI DI MEDICINA ESTETICA MIRATI, LE ZONE DI VISO E CORPO PIÙ TRASCURATE TORNANO IN PRIMO PIANO. GRAZIA VI SPIEGA COME

DI Michele Mereu FOTO DI Peter Rosa

**N**on sempre ci si pensa, ma la pelle di fronte, collo e mani è quella più esposta. E, subendo per 365 giorni l'anno le aggressioni di agenti atmosferici, raggi Uv, smog e polveri sottili, rischia di apparire più spenta e di invecchiare prima. Per evitare che questo accada, è importante conoscere le caratteristiche di queste tre diverse zone e capire come prendersene cura: dai cosmetici di ultima generazione ai ritrovati della medicina estetica. *Grazia* ha interpellato due medici dermatologi: Mauro Barbareschi, docente all'università Statale di Milano, e [Magda Belmontesi](#), docente della scuola di estetica Agorà di Milano.

## OCCHIO ALLE DIFFERENZE

Quali sono le caratteristiche cutanee di queste tre aree? «La pelle della fronte, risentendo delle contrazioni dei muscoli mimici, è soggetta alla formazione di rughe, sia orizzontali sia verticali. In più l'area centrale, che fa parte della zona T (fronte-naso-mento), è più ricca di ghiandole sebacee e quindi più soggetta ad essere lucida, mentre la parte laterale esterna, essendone meno ricca, risulta più secca», dice la dottoressa Belmontesi. Anche la pelle del collo ha la sua tipicità: «Ha uno spessore cutaneo molto ridotto, simile al quello delle palpebre», spiega il dottor Barbareschi. «Essendo sensibile e facilmente irritabile, necessita

di cure e gestualità mirate per migliorarne l'elasticità». Situazione non facile anche per le mani, usate quotidianamente per lavorare, spesso in condizioni estreme. «È la parte del corpo in cui l'azione barriera della pelle viene messa a dura prova anche a causa dei lavaggi frequenti con detergenti non idonei», spiega Belmontesi.

## CHE COSA NON FARE

L'invecchiamento fisiologico di queste zone è accentuato dai tanti errori che si commettono quotidianamente. Il più comune: prendere il sole senza proteggersi. «I soggetti che si espongono ai raggi ultravioletti senza la protezione di un filtro solare, subiscono un danno sia nella parte più superficiale della pelle, l'epidermide, sia in quella più profonda, il derma», spiega Barbareschi. «L'epidermide si assottiglia, il derma, invece, cambia consistenza, disidratandosi: perde acido ialuronico e proteine, con conseguente cedimento dei tessuti». Inoltre, non proteggendo la pelle dai raggi Uv, si va incontro anche alla formazione di macchie. Macchie e discolorazioni, che possono formarsi più numerose o estese sul collo se avete l'abitudine di spruzzare il profumo direttamente sulla pelle. Parlando invece di rughe, anche una postura sbagliata può influire. «Tenere spesso la testa piegata in avanti, mentre si lavora o mentre si dorme, può accentuare il cedimento della pelle del collo e la formazione di rughe orizzontali, i cosiddetti anelli di Venere», spiega Belmontesi.

Per pelli secche,  
segnate e dal  
colorito spento,  
un fondotinta  
che regala subito  
luminosità e  
compattezza:  
Daily Color Lift  
di Euphidra, a  
base di proteine  
di germe di  
grano, magnesio,  
oli nutrienti e  
vitamina E  
(in farmacia).



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



# Zona PER ZONA

1. Con estratti di rusco, equiseto e caffeina, rassa-  
da e rimodella l'area collo, assicurando fermezza e  
tonicità: **Eisenberg Paris Soin Cou e Décolleté** (€  
121). 2. Una maschera che ridisegna i volumi del  
viso e distende le rughe della fronte grazie all'azio-  
ne di acido ialuronico a basso peso molecolare e  
aminoacidi incapsulati: **Dr. Brandt 3-D Filler Ma-  
sk** (€ 95, da Sephora). 3. Con acido idrossifenos-  
ipropionico, schiarisce le macchie e contrasta

l'invecchiamento di collo, mani e décolleté: **Skin-  
ceuticals Neck, Chest & Hand Repair** (€ 77, in  
farmacia). 4. LHA dalle proprietà leviganti, 10 oli  
essenziali nutrienti, vitamina C e Spf 15 contro le  
macchie e ceramidi fortificanti: **Vichy Ideal Body  
Crema Mani & Unghie** (€ 6, in farmacia). 5. Gli  
estratti di bambù e piselli stimolano la produzione  
naturale di acido ialuronico e collagene: **Sculptwe-  
ar Lift and Contour Serum for Face and Neck** di

**Clinique** (da € 86,50). 6. Una crema a base di  
Peonia Albiflora e acidi ialuronici micro e macro ad  
azione distensiva, levigante e ricompattante: **Com-  
fort Zone Sublime Skin Rich Cream**, (€ 105,  
in istituto). 7. Anche sul make up per un plus di  
luminosità e tono, **Dr Sebagh Instant V Lift**, cocktail  
di 10 attivi concentrati che tonificano e rimodel-  
lano l'ovale con effetto immediato (€ 190). 8.  
**Filorga Hand-Absolute®** è un trattamento globa-

Massima attenzione anche per la pelle delle mani.  
D'inverno il dorso è esposto ad agenti atmosferici  
vari, tra cui il vento, causa principale di screpolature  
che possono trasformarsi anche in micro-lesioni.  
I consigli della dermatologa Belmontesi: «Non  
toccare polveri o usare detersivi per la pulizia della  
casa senza aver prima indossato dei guanti protettivi.  
E se fuori le temperature si abbassano, indossare  
sempre i guanti di lana».

## AIUTI EXTRA

Rughe, macchie, perdita di tono. La cosmesi moderna  
aiuta molto in questi casi. Così come alcuni rituali,  
esercizi e consigli che, se seguiti con attenzione,  
possono migliorare la qualità della pelle. Per  
la fronte, l'applicazione della crema anti-età o  
con filtro solare va benissimo, ma ciò che fa  
veramente la differenza è la sequenza di gesti con  
i quali deve essere applicata. «Quando si stende  
il cosmetico, è meglio effettuare un massaggio con  
entrambe le mani, partendo dal centro della fronte  
sino ad arrivare alla parte esterna del sopracciglio:  
questo, oltre a riattivare la microcircolazione,  
facilita l'assorbimento in profondità della crema,  
potenziandone l'efficacia», dice la dottoressa  
Belmontesi. Per quanto riguarda il collo, consultare  
un dermatologo per farsi suggerire dei prodotti  
mirati è fondamentale. «Bisogna scegliere cosmetici  
che abbiano una buona capacità idratante e

che, allo stesso tempo, siano in grado di  
riprogrammare il trofismo della pelle di questa zona.  
Le creme più indicate sono quelle a base di  
vitamina A, acido ialuronico e aminoacidi, in grado di  
rivitalizzare i tessuti già segnati», specifica  
Barbareschi. Anche in questo caso, i movimenti giusti  
aiutano. «Usate sempre una crema specifica per  
il collo, massaggiandola delicatamente dal basso verso  
l'alto, e mai viceversa», spiega **Magda Belmontesi**.  
«Per evitare la formazione di rughe sul collo, ogni  
mattina fate dei movimenti rotatori della testa,  
eseguendo poi degli esercizi di flessione ed estensione  
della stessa. L'ideale sarebbe anche dormire con  
un cuscino anatomico, che favorisce la distensione  
della curvatura della colonna vertebrale e della  
zona cervicale», aggiunge la dermatologa. Le mani,  
invece, non vanno protette solo dal freddo e  
dalle sostanze aggressive, ma anche dal sole. La crema  
per le mani deve contenere un fattore di  
protezione dai raggi Uv per evitare la formazione di  
antiestetice macchie color caffelatte e prevenire  
l'invecchiamento, sia che siate in città sia sulle piste  
da sci. Gli attivi giusti? «**Omega 6, plancton  
e acque termali dall'azione lenitiva** e, mentre le creme  
a base di ossido di zinco esplicano un'azione  
protettiva, il lattato di sodio, oltre ad avere un'intensa  
azione idratante, non irrita e non brucia nel caso  
di screpolature importanti», spiega la dermatologa.  
Soprattutto in inverno, poi, fate mensilmente



le anti-età che assicura idratazione per 72 ore, un effetto filler rimpolpante, colore uniforme e unghie più forti e sane (€ 24, in farmacia). **9.** Due salviette per rinnovare la pelle: la prima con acidi di frutta, elimina le cellule morte; la seconda riequilibra il pH. **Bakel** Renew Skin Trattamento Rinnovante Anti-età Bifasico (€ 85, in farmacia). **10.** Nutre e lenisce la pelle delle mani, proteggendola dalle aggressioni esterne e dall'invecchiamento

grazie all'azione del burro di karité e del bambù di loto: **Ioma C Cocoon Crème Mains** (€ 33,25, in farmacia). **11.** Cura notturna: con estratto di viola del pensiero anti-infiammatorio e acido lattobionico esfoliante/antietà, rigenera la pelle durante il sonno: **Korff Hydraenergy Trattamento Notte Intensivo Mani** (€ 20, in farmacia). **12.** Estratto di lievito e di semi di senape bianca per un'azione anti-stress sulla pelle. In più, il filtro solare Spf 25

protegge viso e collo dai danni dei raggi Uv: **Kanebo Sensai Cellular Performance Day Cream** (€ 110). **13.** Un trattamento scrub a base di microgranuli di corteccia di legno di Panama. Per rinnovare la pelle delle mani, **Gommage al Bois de Panama** di **L'Erborario** (€ 14,70, in erboristeria). **14.** Un paio di pratici guanti monouso per un impacco comfort a base di olio di Argan, super emolliente e anti-età: **Sephora Masque Mains Argan** (€ 3,90).

un impacco emolliente come il guanto di paraffina, da sempre un trattamento "sollievo" per le mani.

### PUNTURINE E LUCE PULSATA

Per chi fosse in cerca di soluzioni più rapide ed efficaci, la medicina estetica offre delle valide soluzioni. Per il collo, i trattamenti sono diversi: «Le biostimolazioni, micro-iniezioni di vitamine e aminoacidi per dare nutrimento alla pelle. Ma anche gli skinbooster, piccole iniezioni base di acido ialuronico, sono perfette per contrastare le rughe in questa zona», consiglia la dottoressa Belmontesi, aggiungendo: «La carbossiterapia, ovvero iniezioni di anidride carbonica medicale, è ideale invece per contrastare la lassità e le rughe verticali ad anello, tipiche del collo». Per quanto riguarda la fronte invece, l'esperta spiega: «Essendo una zona con rughe da mimica intensa, si presta al trattamento con botulino, per spianarle. I classici filler sulla fronte, se utilizzati, devono essere a base di acido ialuronico a particelle sottili. Nei casi di macchie provocate dal sole o dall'età, la luce pulsata medicale dà ottimi risultati anche sulle mani. Bastano una o più sedute, a seconda della grandezza». Cosa fare in caso di mani ruvide? «L'hand-peel, un trattamento specifico non aggressivo a base di acidi della frutta con un'azione levigante, esfoliante, schiarente, ammorbidente. Va fatto una volta ogni tre settimane, per cicli di quattro sedute», conclude Belmontesi. ■

## Lifting senza bisturi

È APPENA ARRIVATO IN ITALIA L'UNICO PROTOCOLLO PER LIFTING NON CHIRURGICO, CHE HA GIÀ CONQUISTATO MEZZO MILIONE DI PAZIENTI NEL MONDO E CELEB COME COURTNEY COX, JENNIFER ANISTON E KIM KARDASHIAN. SI CHIAMA ULTHERAPY E SFRUTTA IL CALORE INDOTTO DEGLI ULTRASUONI PER INNESCARE IL NATURALE PROCESSO DI RINGIOVANIMENTO DELLA PELLE, STIMOLANDO LA PRODUZIONE DI COLLAGENE. SPIEGA BRUNO BOVANI, SPECIALISTA IN CHIRURGIA PLASTICA E PRESIDENTE DEL GRUPPO ITALIANO DI STUDIO SULLE TECNOLOGIE (GIST): «È UNA TECNOLOGIA AVANZATA NON INVASIVA CHE TRATTA LASSITÀ E RUGHE SU AREE DIFFICILI COME SOPRACCIGLIO, SOTTOMENTO, COLLO E DÉCOLLETÉ. LA SUA PARTICOLARITÀ È CHE AGISCE CONTEMPORANEAMENTE E IN PROFONDITÀ SU CUTE, SOTTOCUTE E MUSCOLO SUPERFICIALE, CHE PRIMA POTEVA ESSERE TRATTATO SOLO CON IL LIFTING CHIRURGICO. PER LA MAGGIOR PARTE DEI PAZIENTI BASTA UNA SOLA SEDUTA DI CIRCA UN'ORA PER VEDERE DEI NETTI MIGLIORAMENTI DOPO TRE SETTIMANE, MENTRE IL RISULTATO DURA CIRCA UN ANNO». CI SI PUÒ SOTTOPORRE A ULTHERAPY A QUALSIASI ETÀ, CON OGNI FOTOTIPO, IN TUTTE LE STAGIONI (INFO: MERZ.IT). S.B.