

Meno estrogeni,
 pelle più spenta:
 affronta le variazioni
 ormonali con
 sostanze attive che
 ridonano al viso
 compattezza,
 tono ed elasticità

over 50

I NUOVI COSMETICI CHE TIRANO SU

Le cinquantenni 2014 sono donne consapevoli e determinate: né "quinquas" (le "mature" che vogliono essere scambiate per ventenni), né signore di mezza età. Una recente indagine di *AstraRicerche* per *Procter & Gamble* condotta sulle donne over 50 ha messo in luce l'esigenza di essere "prese sul serio" per la maturità acquisita ma anche la loro attenzione per l'aspetto fisico. «Devono venire a patti con il passare del tempo e con i cambiamenti ormonali», osserva la dermatologa **Magda Belmontesi**. «Gli effetti sulla pelle del calo degli estrogeni sono chiari, ma le terapie ormonali sostitutive o l'uso di fitoestrogeni possono aiutare a mantenere la freschezza dell'epidermide, insieme all'uso di cosmetici con sostanze attive e funzionali». Ecco le strutture cutanee più a rischio di invecchiamento e le

L'EPIDERMIDE SI
 ASSOTTIGLIA DEL

50%*

IL COLLAGENE CALA DEL

30-35%*

*nel 5 anni successivi alla menopausa

68 **STARBENE**

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



strategie che puoi seguire per contrastarlo con efficacia.

Fibroblasti: sono il "telaio" del derma, le cellule che assicurano densità e compattezza. Reagiscono alla carenza di estrogeni perdendo la loro caratteristica forma a stella e diventando più affusolati e piatti. Così la pelle ha minor tono e struttura. Per mantenerne l'attività, possono essere d'aiuto i **fitoestrogeni**, per esempio derivati dalla soia, o sostanze che ne stimolino il metabolismo.

Collagene ed elastina: sono le proteine che mantengono l'idratazione e l'elasticità della pelle. Sono sintetizzate nei fibroblasti e sono destinate a diminuire nel corso degli anni. Le sostanze indicate per attivarne la produzione sono il **retinolo** (vitamina A), l'**acido ialuronico** (superidratante) e i **biopeptidi** (sostanze che stimolano il metabolismo cellulare).

Turnover cellulare: la pelle giovane si rinnova costantemente, per questo appare luminosa e fresca. Dopo la menopausa, invece, diventa spenta e opaca perché non riesce più a eliminare le cellule morte. Si può intervenire con uno scrub meccanico o, meglio ancora, con gli **alfaidrossiacidi** (acidi della frutta esfolianti e antiossidanti, li trovi in creme e sieri) e il peeling dolce dell'**esfoliazione enzimatica** (una volta alla settimana).

I TRATTAMENTI SCELTI DA NOI

Per stimolare fibroblasti, collagene e turnover cellulare

Trattamento rigenerante liftante multiattivo – Linea Absolute di Korff, 110 €. In farmacia. Sfrutta l'azione degli **alfaidrossiacidi (AHA)** e di un complesso enzimatico in concentrazioni variabili per rinnovare e tonificare la pelle: in 3 settimane, con l'uso di maschere monouso e di trattamenti mirati (rigeneranti e lenitivi), esfolia gli strati superficiali della cute, rendendola più luminosa e liscia.



Retin-Ox Correxion Antirughe Nutriente Notte di RoC, 40 ml, 39 €. In farmacia. Sfrutta la capacità di rigenerazione notturna delle cellule cutanee (che raddoppia tra le 23 e le 4 del mattino) per favorire la produzione di collagene ed elastina dell'epidermide.

Haute Exigence Jour Multi-Intensive di Clarins, 50 ml, 99 €. In profumeria. Le ricerche della casa francese hanno individuato una pianta, *Harungana madagascarenensis*, che potenzia i due geni responsabili del mantenimento della morfologia dei fibroblasti. Trovi l'estratto di questo "albero guaritore" nelle 3 varianti della crema (per tutte le pelli, per pelli secche e con spf 20).

IL NOSTRO ESPERTO

Dott. Magda Belmontesi
dermatologa,
consulente di Starbene



SCRIVILE A
starbene@mondadori.it

OCCHIO AI CAPILLARI

Le "vampate", causate dall'irregolarità degli estrogeni, fanno passare la pelle da 28-30 a 35 °C in pochi minuti, peggiorando la situazione di chi soffre già di couperose o fragilità capillare. Utilizza cosmetici lenitivi (con estratti di camomilla, olio di mandorle dolci, karité) e assumi integratori con escina, diosmina, centella asiatica. Sono vasoprotettori che rafforzano i capillari.

C. Dahl/Jalag/Van Kasteel

Una ricerca sulle nuove cinquantenni su: victoria50.it