

MACCHIE SENZA e senza paura

L'effetto pelle di leopardo ci piace solo nella moda. **Su viso, mani e décolleté le chiazze scure invecchiano più delle rughe.** Per combatterle, nuovi principi attivi **schianti, peeling e laser**

di Carmen Rolle - foto Sabine Villiard

C'è chi era ragazza negli Anni 70 e 80, quando ci si arrostiva in spiaggia senza protezioni. E chi, più giovane, aspetta un bebè o prende la pillola. O fa la ceretta al labbro e poi si espone al sole. Sono tanti i motivi per cui la melanina si aggrega in modo irregolare, formando le macchie. «Non sono tutte uguali», dice il professor Antonino Di Pietro, presidente dell'Isplad e direttore dell'Istituto dermoclinico Vita Cutis (www.istitutodermoclinico.com). «Le prime discromie, i melasmi, possono manifestarsi già tra i 30 e i 40 anni per overdose di sole, ormoni ballerini, farmaci fotosensibilizzanti, profumi o depilazioni. Mentre cheratosi e lentigo senili sono un'eredità degli anni: i meccanismi di turnover cellulare si inceppano e le cellule morte si accumulano, creando chiazze ruvide o macchioline lisce e diffuse».

PREVENIRE È MEGLIO CHE CURARE

«Vanno usati filtri solari forti anche in città, fino alla protezione 50+ in montagna», dice l'esperto. «Utile una dieta ricca di fitonutrienti: betacarotene, licopene, luteina, flavonoidi, omega 3, vitamina C ed E proteggono la pelle dai danni dei raggi uv, migliorano la circolazione, potenziano ossigenazione e idratazione». Frutta e verdura di stagione ne sono più ricche. Sì a zucca e carote (con un filo d'olio di noce), radicchi, cavoli rossi, spinaci, broccoli, frutti di bosco, uva, kiwi. In più, pasta al pomodoro

matturo, uova e pesce azzurro, ricco di acidi grassi. «Si possono assumere integratori antiossidanti per 2-3 mesi: picnogenolo, licopene, resveratrolo e acido lipoico». Il trucco? «Irrobustire l'epidermide con cosmetici a base di Fosfipidin, un complesso di glucosamina, antiossidanti e fosfolipidi estratti dalla soia, che in profondità stimola la produzione di elastina e collagene, innescando il processo anti-invecchiamento», consiglia il professor Di Pietro.

I TRATTAMENTI COSMETICI

Se le macchie non sono legate all'età, si possono scolorire con i cosmetici. «I più nuovi sono ricchi di attivi efficaci ma rispettosi, come acido cogico, arbutina, vitamina C, estratto di liquerizia, dall'azione schiarente. Spesso sono associati ad acido salicilico, esfoliante, per aumentare il turnover e l'eliminazione delle cellule pigmentate», spiega Di Pietro. Ma i risultati si vedono dopo 6 mesi.