

Starbene | Bellezza

# IL PEELING? LO FACCI DI NOTTE

*Emulsioni da tenere in posa qualche minuto oppure sieri senza risciacquo. Li applichi prima di andare a letto e al mattino la tua pelle è pura e liscia*

di **Claudia Bortolato**

**U**n volto di porcellana è da sempre il desiderio delle donne orientali (giapponesi e coreane in primis), ma anche in Occidente la tendenza premia il morbido effetto glow. Vale a dire: una carnagione liscia e senza macchie anche in questa stagione, su una base già abbronzata o con la tintarella in corso. E qui potrebbe sorgere un dubbio: i peeling in estate sono comunemente considerati off limits per il maggior rischio di fotoirritazioni o di formazione delle macchie scure. «Un timore che era legittimo fino a poco tempo fa, ma oggi in buona parte superato grazie alle innovazioni tecnologiche, che hanno reso disponibili peeling molto soft e appositamente formulati per essere usati anche dalle pelli sensibili e in qualsiasi stagione, con l'accortezza di applicarle di notte», spiega il dermatologo e cosmetologo Leonardo Celleno, presidente [Aideco](http://aideco.org) ([aideco.org](http://aideco.org)).

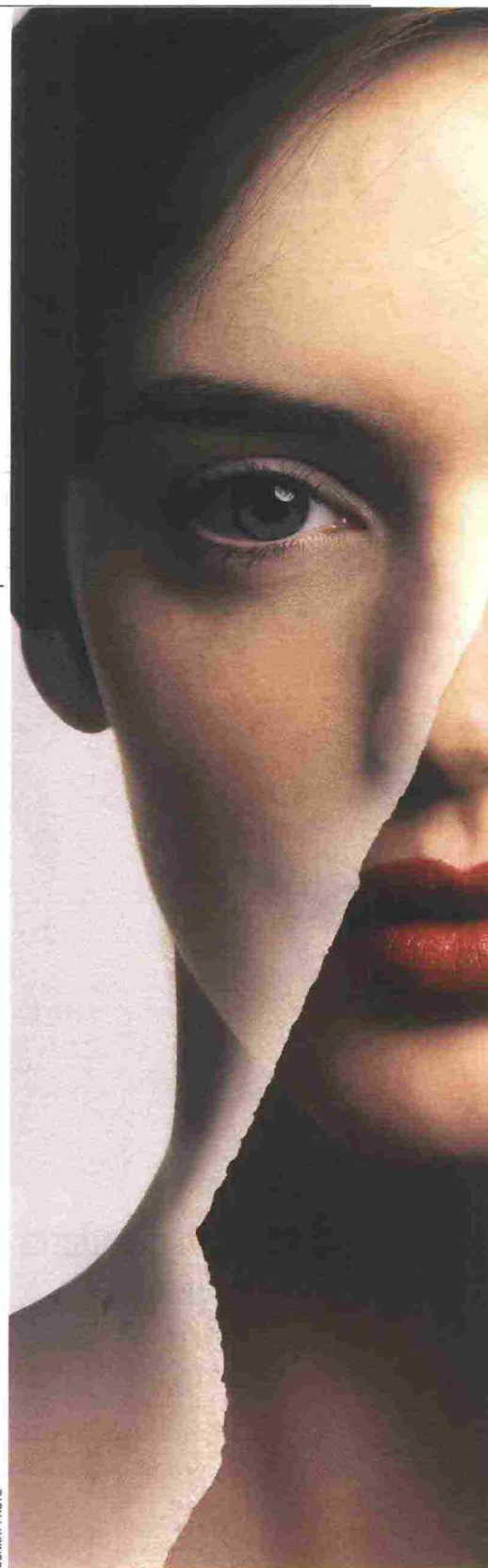
## RESTITUISCONO LUMINOSITÀ

I soft peeling da eseguire a casa hanno molte frecce al loro arco: applicati con cadenza regolare, oltre a restituire luminosità e omogeneità all'incarnato, "allenano" la pelle ad autorigenerarsi. «L'esfoliazione, stimolando il turnover cellulare e dunque il rinnovamento epidermico, migliora non solo i fenomeni di rifrazione e riflessione della luce, ma

anche la grana e la texture cutanee: per questo, oltre a favorire la tonificazione dei tessuti, permette di ottenere una tintarella con un colore più ambrato, omogeneo e duraturo. Inoltre, liberare la pelle dallo strato di cellule morte che la "soffoca" e ingrigisce è la premessa per applicare alla perfezione un eventuale autoabbronzante», aggiunge il dermatologo, allergologo ed esperto di medicine naturali Carlo Di Stanislao, Università dell'Aquila.

## UTILIZZANO INGREDIENTI NATURALI

I soft peeling cosmetici oggi contengono di preferenza acidi estratti dalla frutta (Aha) in concentrazione bassa (fino all'8%) ed estratti di erbe e piante ad attività levigante. «Tra gli attivi più efficaci e rispettosi della pelle ci sono l'acido fitico, derivato dalla crusca o dai semi di frutta, e l'acido salicilico, ottenuto dalla radice del salice (oppure di sintesi), che agiscono in superficie garantendo un'esfoliazione uniforme e delicata. L'acido glicolico (estratto dalla canna da zucchero), l'acido malico (derivato dalla mela), il citrico (dal limone), lavorano invece più in profondità, arrivando a stimolare i fibroblasti e garantendo luminosità e levigatezza», spiega il dermatologo Leonardo Celleno. Un principio attivo classico e molto usato è l'acido ascorbico (vitamina C), eclettico e multifunzionale. «Oltre a



SUNRAY PHOTO



*Fra gli esfolianti più nuovi ci sono la buccia di quinoa e l'estratto di mirtillo nero*

illuminare e uniformare l'incarnato, è antiossidante e quindi protegge dai danni indotti dai radicali liberi anche al Dna e contrasta sia il cronoinvecchiamento sia il fotoaging. Inoltre, ha un'azione protettiva dai raggi Uv, sebbene non paragonabile a quella dei filtri solari, e per questo, a differenza di altri acidi, si utilizza anche per le formule che si applicano di giorno», precisa il dottor Carlo Di Stanislao. Spesso, per potenziarne e ampliarne l'azione, l'acido ascorbico si associa ad altri antiossidanti. I mix più testati: vitamina C con alfa tocoferolo (vitamina E), perché le due molecole hanno un'azione sinergica che moltiplica l'azione antiradicali; con resveratrolo, per migliorare la microcircolazione cutanea; con retinolo (vitamina A), per regolare il turnover cellulare e frenare l'invecchiamento cutaneo. Altra categoria di principi attivi esfolianti delicati sono i poliidrossiacidi, come l'acido lattobionico e il gluconolattone, che hanno effetti analoghi agli Aha ma sono esenti da possibili effetti irritativi; in più minimizzano i pori dilatati, stimolano il turnover cellulare, idratano a fondo, aumentano il tono cutaneo e possono anche essere applicati mattino e sera, in qualsiasi stagione. «Tra i derivati botanici ad azione esfoliante più nuovi ci sono la buccia di quinoa, che scioglie i legami tra una cellula e l'altra, le →

- ① **IL LIQUIDO**  
Si applica una volta alla settimana con un dischetto di cotone il liquido con acido salicilico, esfoliante, ed estratto di castagne, rigenerante. **Institut Youth Resurfacing Peel di Darphin**, 63,20 €, 30 ml, in farmacia.
- ② **IL "SISTEMA"**  
Vitamina C "fresca" per una pulizia profonda e per un siero booster da aggiungere alla tua crema. Risultato: pelle rinnovata in 7 giorni. **Fresh Pressed™ 7-Day System with Pure Vitamin C di Clinique**, 28 € per una settimana di trattamento, in profumeria.
- ③ **IL TONICO**  
Tè nero fermentato, polifenoli di mirtillo, acido glicolico, si usa

ogni sera sulla pelle pulita, come un tonico rinnovatore. **Idéalia Peeling di Vichy**, 35,50 €, 100 ml, in farmacia.

④ **LE GOCCE**  
Bastano poche gocce applicate sul viso prima della crema o del siero notte: il trattamento utilizza il guscio di quinoa, insieme ad acidi della frutta, estratto di cactus e acido fitico. **Nightly Refining Micro-Peel Concentrate di Kiehl's**, 53 €, 30 ml, [kiehls.it](http://kiehls.it)

⑤ **L'EMULSIONE**  
Con alfaidrossiacidi all'8%, è indicata anche per pelli acniche, con piccole rughe, cicatrici, cheratosi e iperpigmentazione. **Soft Peeling Antiaging di Collagenil**, 33 €, 50 ml, in farmacia.

## Starbene | Bellezza

**Gli intramontabili scrub**

Accanto ai peeling più sofisticati convivono i classici scrub o gommage

meccanici, che eliminano lo strato di impurità e cellule morte anche attraverso un'azione abrasiva. «Tra i prodotti più utili, specie in questa stagione, ci sono i gommage con microsferule

di jojoba, oppure con microgranuli di albicocca. Ma se la tua pelle è mista o grassa, preferisci gli scrub arricchiti con estratti botanici sebonormalizzanti, come la *Serenoa Repens* o

l'acido azelaico, derivato dal grano e dall'orzo», spiega il dermatologo Leonardo Celleno. La beauty routine ideale prevede uno scrub settimanale, meglio se fatto la sera.

→ polveri di semi vari, gli estratti di kombucha (tè nero fermentato) e di mirtillo nero, che agiscono giorno dopo giorno, restituendo splendore all'incarnato attenuando macchie scure e rughe sottili grazie alla ricchezza di antiossidanti, come i polifenoli. Interessante anche l'estratto di castagne, che aiuta a potenziare il processo di rinnovamento cellulare», continua il dottor Di Stanislao.

**SCEGLI LA TEXTURE GIUSTA PER TE**

44 Numerosi i principi attivi ma anche grande varietà di texture: oltre alla classica versione in emulsione, ci sono i peeling liquidi, simili a tonici o lozioni senza risciacquo, da applicare la sera da soli o prima della crema notte, oppure inedite texture leviganti in polvere, che al contatto con l'acqua si modificano in una delicata e soffice mousse, trasformando il rito dell'esfoliazione in un'operazione altamente sensoriale. E poi ci sono le formule progressive, con prodotti che agiscono gradualmente, notte dopo notte. «Una caratteristica dei prodotti di nuova generazione è, infatti, la personalizzazione: ci sono formule diverse secondo le esigenze della pelle e dell'età (agendo anche in prevenzione dell'aging, i peeling sono sempre più usati dalle under 30) e pensati per un utilizzo più agevole», osserva Leonardo Celleno.

**DI GIORNO APPLICA I FILTRI UV**

Anche se delicati e rispettosi della pelle, questi prodotti in genere vanno applicati esclusivamente di notte, in assenza di luce, sia per limitare al massimo il rischio di fotosensibilizzazioni sia per assecondare i processi di rigenerazione cutanea, che avvengono proprio durante il riposo. «Di giorno, poi, è tassativo applicare uno schermo protettivo molto alto anche in cit-



tà (Spf 50+) per proteggere la pelle che è in tutti i casi più vulnerabile agli Uv», avverte il dermatologo Leonardo Celleno. Le formule che prevedono applicazioni tutte le notti (come le progressive), andrebbero comunque prudenzialmente messe solo se non ti esponi più al sole. «Quelle con frequenza settimanale possono essere utilizzate la notte, anche durante le vacanze, a patto che siano supersoft,

come i peeling con ingredienti botanici, per esempio liquirizia, mirtilli, enzimi naturali estratti dalla papaya, o con la vitamina C oppure con poliidrossiacidi, magari evitando quelli con ingredienti come l'acido glicolico e gli Aha in genere. Ovvio che nei giorni successivi, la protezione solare da preferire sarà sempre uno schermo Spf 50+, anche se sei già abbronzata», conclude il professor Celleno. ●