



Stile > Grooming

La nuova frontiera della bellezza? E' healthy ageing

L'invecchiamento non è più un tabù, neppure quando si parla di pelle.

DI Margherita Fresilli | PUBBLICATO: 29/10/2023



Dimitri Otis // Getty Images

L'Italia, per parafrasare i fratelli Coen, è decisamente un paese per vecchi. Lo conferma l'ultimo rapporto annuale ISTAT sulla situazione demografica del Paese. Nonostante l'elevato numero di decessi di questi ultimi tre anni infatti, il processo di invecchiamento della popolazione è proseguito, portando l'età media da 45,7 anni a 46,4 anni tra l'inizio del 2020 e l'inizio del 2023. Ma non è tutto. Secondo lo stesso rapporto la popolazione ultrasessantacinquenne ha raggiunto la stellare cifra di 14 milioni di individui nel gennaio 2023: ben il 24,1 % della popolazione totale. E sempre a gennaio del 2023 il numero stimato di ultracentenari ha raggiunto il suo più alto livello storico, sfiorando la soglia delle 22 mila unità, oltre 2 mila in più rispetto all'anno precedente. Il futuro non sembra da meno: gli scenari demografici prevedono un consistente aumento dei cosiddetti "grandi anziani", tanto che nel 2041 la popolazione ultraottantenne potrebbe superare i 6 milioni e quella degli ultranovantenni gli 1,4 milioni. Che la **popolazione stia invecchiando** insomma è ormai un dato inconfutabile, che ha importanti ripercussioni su numerosi aspetti, tra cui quelli sociali ed economici... ma anche sull'idea che abbiamo di bellezza. Questo tema, che si conferma tra i più attuali nel mondo dell'estetica e della bellezza, è stato approfondito da **AIDECO** durante la 25a Edizione di AGORÀ – Congresso Internazionale di Medicina Estetica: una tavola rotonda dove numerosi esperti del settore si sono confrontati sul tema dell'invecchiamento della popolazione europea, e delle nuove frontiere della cosmetica.

Invecchiamento? Niente paura

Se è vero che siamo sempre più anziani rispetto alle generazioni passate, lo è altrettanto che il nostro approccio nei confronti del passare del tempo è in evoluzione: se fino a poco tempo fa l'invecchiamento era visto come un elemento negativo da cui fuggire con ogni mezzo possibile, adesso c'è il desiderio di invecchiare bene, di valorizzare il proprio aspetto e la propria pelle a tutte le età. «C'è una maggiore attenzione verso la ricerca di prodotti cosmetici che aiutino a mostrare il meglio dei cambiamenti senza stravolgerli, accompagnando con fiducia e serenità il



naturale invecchiamento definito ormai come well-ageing o **healthy-ageing**» afferma la Dott.ssa Claudia Riccardi, cosmetologa e biologa, membro del Consiglio Direttivo di [AIDECO](#). «Fondamentalmente, si osserva una predisposizione a prendersi più cura di sé, che va dalla ricerca del cosmetico e del trattamento più adatto alla pelle non più giovane fino all'assunzione di uno stile di vita (dall'alimentazione all'esercizio fisico) volto a valorizzare al meglio, e non a nascondere, i naturali cambiamenti che il passare del tempo comporta. Si può parlare, in breve, di una nuova consapevolezza di bellezza e benessere a ogni età» aggiunge la Dott.ssa Alessandra Vasselli.

Il segreto per invecchiare bene

Da quanto emerge dagli ultimi studi in materia, sono i **radicali liberi** il denominatore comune dei processi di invecchiamento. Alla loro azione sarebbero riconducibili gran parte dei meccanismi che portano al progressivo danneggiamento strutturale e funzionale degli organi e dei tessuti dell'individuo, compresi quelli innescati dalla luce solare. «Per ridurre l'azione dannosa dei radicali liberi particolare importanza



Questo metodo casalingo leviga la pelle flaccida (Provalo di sera)

gogoldentree.it

Raccomandato da [Outbrain](#)

Il segreto per invecchiare bene

Da quanto emerge dagli ultimi studi in materia, sono i **radicali liberi** il denominatore comune dei processi di invecchiamento. Alla loro azione sarebbero riconducibili gran parte dei meccanismi che portano al progressivo danneggiamento strutturale e funzionale degli organi e dei tessuti dell'individuo, compresi quelli innescati dalla luce solare. «Per ridurre l'azione dannosa dei radicali liberi particolare importanza rivestono le sostanze antiossidanti come i polifenoli e i carotenoidi, ma anche le vitamine A, C, E, il selenio, il licopene, il coenzima Q-10, l'acido lipoico e altri ancora. A questi si aggiungono altre sostanze leviganti e filanti come l'acido ialuronico, che stimola il trofismo dermo-epidermico» spiega Leonardo Celleno, dermatologo e presidente [AIDECO](#). Senza mai dimenticare l'importanza della protezione solare, da applicare ogni giorno in ogni momento dell'anno per proteggere la pelle dai danni del fotoinvecchiamento.

DI PIÙ DA ESQUIRE



Leggi anche

Ad

Ad

Ad