

L'ARIA (BRUTTA) CHE TIRA

Inflessibili nel filtrare luce blu, raggi solari e polveri sottili, agguerriti contro smog e sbalzi termici: i cosmetici non sono più quelli di una volta. Il merito è delle nuove formule specializzate nel contrastare l'inquinamento, dentro e fuori casa

di Simona Fedele - testi di Claudia Bortolato

OGNUNO DI NOI NE HA AVUTO ESPERIENZA DIRETTA: il cambiamento climatico è reale e più tangibile che mai. Condizione scomoda al Pianeta tanto quanto alla pelle che, fungendo da interfaccia tra corpo e ambiente (e pure da cartina tornasole), ne risente per prima. Conseguenze dirette del global warming, delle sue forti escursioni termiche e dell'aumento delle radiazioni Uv, per esempio sono l'alterazione della vascolarizzazione e del film idrolipidico e una minore o maggiore traspirazione. Disagi spesso acuiti dallo smog urbano e dall'inquinamento indoor. «Oltre a favorire rossori, bruciori, pizzicori, le polveri sottili riducono i livelli di vitamine C ed E, antiossidanti naturali anche

dello strato corneo, causando così ipercheratinizzazione e meno apporto di ossigeno ai tessuti. Il risultato è una cute che appare più ruvida, opaca e disidratata», spiega Pucci Romano, dermatologa a Roma e presidente Skineco. I danni, poi, non si limitano alla superficie epidermica e alcuni tra i più importanti – infiammaging e formazione di macchie scure – si evidenziano nel lungo periodo. «Le particelle inquinanti moltiplicano la produzione dei radicali liberi e delle metalloproteasi – enzimi che degradano il tessuto connettivo e il collagene – accelerando la formazione delle rughe e la perdita della tonicità», aggiunge Leonardo Celleno, dermatologo a Roma e presidente Aideco. ▶

Microparticelle tossiche: le più vulnerabili sono le pelli sensibili

A soffrire maggiormente è la pelle sensibile – dalla barriera meno strutturata –, grassa e a tendenza acneica, perché i lipidi “intrappolano” maggiormente le microparticelle inquinanti. Ma nessuna tipologia cutanea è immune dai danni da pollution, che si sovrappongono a quelli indotti dalle intemperanze climatiche: ecco perché un principio valido per tutte è impostare una beauty routine mirata alle condizioni ambientali. A partire dalla detersione. «Pulire con cura viso e collo – soprattutto la sera – serve a eliminare, insieme al sebo e alle impurità, anche le particelle inquinanti: in questo modo si riduce il carico di radicali liberi e si stimola il turn over cellulare. La pulizia, dunque, diventa un trattamento ossigenante e illuminante», chiarisce Leonardo Celleno. I best sellers sono detergenti dedicati, meglio senza risciacquo se si soffre di ipersensibilità o couperose, accessoriati di antiossidanti. Ottima la doppia detersione made in Corea: composta da un primo prodotto a base oleosa – cleansing oil o balm – che, per affinità, rimuove trucco, sebo, impurità e smog, e da un secondo dalla texture acquosa che ne perfeziona l'azione.

Vitamine E e C, omega 3 e 6, tè verde frenano l'aging e illuminano

Dopo la detersione, è la volta dello skincare mirato. Step fondamentale è favorire detossificazione e ossigenazione cutanea. «Fai un peeling due volte a settimana, preferendo una formula enzimatica se hai la pelle delicata o una formula con una bassa percentuale di alfaidrossiacidi come acido glicolico o lattico, se non hai particolari problemi», continua Pucci Romano. Aggiungi un paio di maschere detossinanti a settimana, magari con clorofilla, argilla o carbone vegetale, mentre per la routine quotidiana punta su prodotti dichiaratamente antipollution.

«Le composizioni più efficaci contengono peptidi che mimano le funzioni cutanee compromesse dall'inquinamento, per esempio sollecitando la sintesi di collagene, e una piccola quota di esfolianti utili a stimolare ossigenazione cellulare e turn over tissutale», dice il dermatologo. Protagonisti indiscussi della cosmesi antipollution, però, sono gli antiossidanti idonei a sostenere il microcircolo, contrastare la maggiore produzione di radicali liberi e illuminare il colorito: polifenoli di tè verde, resveratrolo, vitamina C, picnogenolo, mirtillo nero, superossido dismutasi. Altrettanto validi sono: tarassaco che si oppone al potere irritante degli inquinanti sull'epidermide; moringa, pianta ricca di proteine e minerali dall'effetto detossinante; vitamina E, potente antiossidante che, in più, lenisce e idrata; omega 3 e 6, antinfiammatori e protettivi della funzione barriera. Resta fondamentale idratare a fondo la pelle con acido ialuronico e fornirle grassi provenienti da oli vegetali o da molecole di sintesi da green chemistry, come colesterolo e squalano.



Una delle prime linee a usare, per frenare l'aging, i filtri per la luce blu, oltre che per gli Uv, Age Lift di Uriage Eau Thermale.

Contro la luce blu (artificiale e no) ci vogliono filtri specifici e astaxantina

Insieme agli inquinanti chimici e ai cambiamenti climatici, un'altra osservata speciale della scienza cosmetica è la luce blu sia naturale, cioè irradiata dal sole, sia artificiale, emessa dai monitor di smartphone, pc, tablet, schermi a led. Una doppia esposizione che l'epidermide “paga” a vario titolo. «A livello cutaneo è concausa del fotoinvecchiamento, insieme a raggi Uv e smog, soprattutto nella formazione di macchie perché potenzia le reazioni chimiche di tipo ossidativo», conferma Celleno. Da qui l'importanza di proteggersi facendo spesso digital detox, ovvero moderando l'uso dei techno-device, spostando regolarmente lo sguardo dagli schermi, sbattendo le ciglia per inumidire la cornea, indossando lenti specifiche.

Ma non va sottovalutata la luce blu proveniente dal sole, anche in inverno, in città e ad alta quota. «Sulle parti esposte applica creme a protezione molto alta, spesse nella consistenza e dotate di filtri ad ampio spettro o di filtri fisici che includano anche l'ossido di ferro, attivo verso la luce blu. Per la protezione in città scegli creme da giorno che contengano, oltre a ingredienti protettivi della funzione barriera e antipollution, anche blend di filtri fisici e chimici rispettosi della pelle e dell'ambiente, per esempio mexoryl e triasorb. Ancor meglio se includono, a supporto, molecole antiossidanti specifiche per proteggere dalla radiazione visibile e blu», conclude Leonardo Celleno. Oltre alla vitamina C, sono specializzati tocotrienoli e astaxantina -derivata da alghe, crostacei e altri organismi marini - che la sintetizzano proprio per proteggersi dalla luce visibile. Altri principi attivi efficaci come antipollution e filtranti dello spettro luminoso sono acido ferulico e carnosina. Infine, per prevenire la possibile riattivazione del virus dell'herpes labiale di cui la luce blu può essere co-responsabile, di giorno, nelle giornate molto fredde e luminose, è buona abitudine applicare stick solari ad altissima protezione. **F**