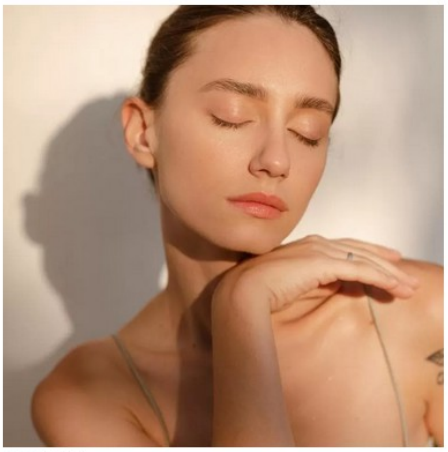


GETTY IMAGES

BEAUTY / SKINCARE | 18.05.2026

Il potere della centella asiatica nella skincare quotidiana

Un ingrediente antico ma attualissimo che idrata, protegge e rigenera, adattandosi a ogni età e a ogni tipo di pelle, come racconta un'esperta

di Michela Marra

—

1 minuti di lettura

LISTEN SHARE

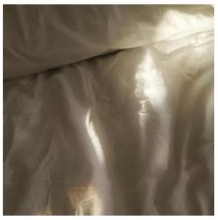
Conosciuta anche come Erba della Tigre o Gotu Kola, la **centella asiatica** è una delle sostanze più note nel mondo della cosmetica: le sue radici sono antichissime e pescano nella medicina tradizionale asiatica. Soltanto dal XIX secolo la pianta è stata inserita anche nelle formulazioni occidentali. Questo perché vanta una serie di **proprietà per la pelle** che difficilmente troviamo in altri ingredienti. "Le foglie di questa pianta contengono flavonoidi, fitosteroli, acidi triterpenici e saponine che possono neutralizzare i radicali liberi, quelle molecole instabili generate da stress, raggi UV e inquinamento – spiega la dottoressa Benedetta Basso, cosmetologa AIDECO – . La centella, quindi, è in grado di rallentare l'invecchiamento cellulare e di proteggere la pelle dai danni ossidativi". Inoltre **l'estratto della pianta** aiuta a stimolare i fibroblasti, le cellule che producono collagene, favorendo compattezza e rinnovamento della cute. Tradotto: la centella rappresenta un vero scudo naturale contro i segni del tempo da tutti i punti di vista ed ecco perché ancora oggi – e forse soprattutto oggi – è apprezzatissima nel mondo della bellezza.



CENTELLA ASIATICA (GETTY IMAGES)

Skincare a base di centella asiatica: tutte le proprietà della pianta

Suggeriti



BEAUTY / BENESSERE

20.03.2026

Le federe in seta funzionano davvero?



BEAUTY / SKINCARE

12.03.2026

Retinolo per ringiovanire la pelle, sì o no?

Le proprietà della centella non si limitano alla protezione della pelle perché questa pianta (o meglio l'estratto che è molto utilizzato nelle formulazioni) idrata, lenisce e rafforza la barriera cutanea, rendendola particolarmente indicata per le pelli sensibili o soggette a rossori. Ma poiché aiuta a stimolare la produzione di collagene e acido ialuronico, migliorando l'aspetto generale della pelle, è perfetta anche per le pelli più mature, come ricorda l'esperta.

La versatilità della centella asiatica

La sua versatilità emerge anche nelle combinazioni con altri attivi. Accostata all'acido ialuronico, potenzia l'idratazione; con la niacinamide, aiuta a uniformare il tono, regolare il sebo e attenuare imperfezioni e macchie superficiali. In sinergia con la vitamina C, invece, la centella protegge dallo stress ossidativo e dona luminosità all'incarnato, mentre combinata al pantenolo, noto anche come pro-vitamina B5, amplifica l'azione lenitiva, rendendo i prodotti ideali per pelli fragili e reattive. Queste qualità fanno della centella asiatica un ingrediente prezioso, capace di adattarsi a diverse esigenze cutanee senza sacrificare delicatezza ed efficacia, come sa bene la cosmetologia contemporanea che "si affida alla tradizione, valorizzando antichi rimedi naturali attraverso la ricerca scientifica e le tecnologie di formulazione avanzate", commenta Basso. La centella asiatica, in definitiva, rappresenta un equilibrio raro proprio perché combina proprietà antiossidanti, idratanti e lenitive, sostenendo le funzioni naturali della pelle, proteggendola e rigenerandola. *Last but not the least*, è anche un ingrediente sicuro.

ARGOMENTI

TRATTAMENTI VISO

SHARE