



Bellezza

# PELLE

## INIZIA LA SFIDA CONTRO MACCHIE E RUGHE

Non spariscono né di colpo né con un solo prodotto. Ma se ti armi di pazienza, costanza e un mix di trattamenti combinati, puoi cancellare dal viso i segni del sole

di Roberta Camisasca

**In autunno, lo specchio presenta il conto dell'estate: macchie e rughe sul viso**, prova tangibile (nell'80% dei casi, dice la scienza) che ti sei protetta poco e male dal sole. A nessuna donna fa piacere ritrovarsi con il volto così tirato e "maculato", di certo nemmeno a te. Ma se parti subito con una beauty routine specifica, nel giro di qualche mese increspamenti e chiazze, più o meno scure e grandi, scompariranno dalla tua vista.

### Per ritrovare un incarnato omogeneo e luminoso

«Tra le over 40 il problema macchie è frequente ma anche le più giovani, che magari assumono la pillola anti-concezionale o altri farmaci, ne sono vittime», spiega Elisabetta Sorbellini, specialista in dermatologia a Milano. Colpa di una scarsa o sbagliata protezione dal sole, sicuramente, ma nel 20% dei casi anche dell'inquinamento, dice uno studio pubblicato sul *Journal of Investigative Derma-*

*tology*. Detto ciò, a casa puoi fare molto per combattere le discromie cutanee. «Innanzitutto, sfrutta l'azione dei nuovi micropeeling a base di acidi naturali», consiglia la dermatologa. «Sono trattamenti leviganti e schiarenti intensivi che rinnovano la pelle e rendono l'incarnato subito più omogeneo e luminoso. Quindi, procedi con siero e crema depigmentanti: quelli di ultima generazione puntano su un attivo che si sta dimostrando molto efficace. È l'acido tranexamico che ha mostrato, se usato con regolarità, di riuscire a minimizzare la ricomparsa di iperpigmentazioni e macchie. Sieri e creme vanno applicati su tutto il viso o picchiettati in modo localizzato sulle chiazze. Per un uso circoscritto alla zona scura, ci sono anche i sieri ultra concentrati alla vitamina C, noto agente schiarente, da stendere alla sera prima della crema. Vanno usati a cicli di due o tre mesi, finché non si attenua la macchia. A proposito, le ipercromie sono →

### DAL MEDICO ESTETICO

«Contro le macchie può essere utile ricorrere a qualche seduta di peeling leggero a base di alfaidrossiacidi a bassa concentrazione o acido mandelico, integrato con trattamenti di biorivitalizzazione a base di acido ialuronico, vitamine, polinucleotidi», spiega Maddalena Montalbano, dermatologa. «Esfoliando la pelle in profondità, la ripuliscono dalle impurità con effetto levigante e illuminante. Si può ripetere ogni mese fino alla primavera». Per le macchie piccole, localizzate e non molto scure sono indicati anche i trattamenti di luce pulsata. «Emettono uno stimolo termico calibrato, che colpisce solo l'agglomerato di melanina», dice Elisabetta Sorbellini, dermatologa. «Per quelle più scure, si può optare per il laser non ablativo: corregge le macchie e contrasta anche le rughe, poiché stimola la produzione di collagene ed elastina. Sono necessarie circa quattro sedute per attenuare la macchia. Ognuna costa dai 300 ai 500 € circa».

Starbene 77

Bellezza

→ più facili da prevenire che da correggere e l'unica difesa efficace è la protezione solare tutto l'anno», prosegue la dermatologa. «In autunno e durante la stagione invernale, si può scendere gradualmente dal fattore 30 al 15». Per rinforzare l'effetto delle "terapie domiciliari", ti può servire anche assumere per un paio di mesi integratori a base di malva e moringa, collagene marino, acido ialuronico e vitamine che ristrutturano, rimpolpano e prevengono la formazione di macchie.

**Cure d'urto contro rughe e secchezza**  
 Se la pelle è disidratata, con screpolature e rugosità diffuse, parti all'attacco con un gommage leggero, una, due volte alla settimana. «Serve a fare pulizia delle cellule accumulate in superficie», consiglia Maddalena Montalbano, dermatologa e medico estetico a Milano. «Scegli un prodotto delicato a base vegetale, per esempio con granelli di silice di bambù di diversa grandezza, per un'esfoliazione leggera». Massaggia piano per non irritare la pelle e risciacqua. Prosegui con una deterzione super dolce. «Gli ultimi ritrovati sono emulsioni a base di oli essenziali, efficaci sul fronte detergente ma che, grazie agli attivi nutrienti, non asportano il film idrolipidico», spiega la dottoressa →

**Per schiarire**

- 1. Il peeling** È un latte bifasico con acido mandelic (che elimina le cellule iperpigmentate) e un complesso antimacchia. Da usare tutti i giorni come pre-trattamento. **Micropeeling Concentrato D-Clar Rilastil**, 33 €, in farmacia.
- 2. Le fiale** Trattamento urto per la sera, ricco d'acido glicolico (corregge le macchie scure) e vitamina C (schiarante). **Liftactiv Specialist Glyco-C Ampolle Peeling Notte Vichy**, 29,99 €, in farmacia.
- 3. Il siero** D'applicare prima della crema, ha un nuovo ingrediente (4MSK), che agisce su macchie brune e pelle disomogenea. **White Lucent Illuminating Micro-Spot Serum Shiseido**, 110 €, in profumeria.
- 4. La crema** È sia una base-trucco sia una crema notte: contiene più ingredienti (tra cui la liquirizia) che prevengono e correggono le macchie. **Crema schiarante Viso e Corpo L'Erbolario**, 23,50 € ([erbolario.com](http://erbolario.com)).
- 5. La maschera** Si tiene in posa nel sonno e, al mattino, la pelle è luminosa, schiarita e omogenea, per il "lavoro" di estratti di liquirizia e lupino bianco. Maschera da notte illumina **Anti-macchia Yves Rocher**, 30 € ([yves-rocher.it](http://yves-rocher.it)).
- 6. Il solare** Alta protezione con un mix di ingredienti (come l'acido tranexamico) che cancellano l'eccesso di pigmentazione. **Skinceuticals Advanced Brightening UV Defense Sunscreen Spf 50**, 45 €, in farmacia.

Starbene 79

Bellezza

**Per levigare**

- 1. L'antietà** Cuore della formula è l'olio di Enotera, antiossidante e antirughe, che rivitalizza la pelle. Crema viso **Collagen Supreme Bottega Verde**, 37,99 € (*bottegaverde.it*).
- 2. Il trattamento notte** A base di acido ialuronico, ha una texture ricca, ideale per la notte, con doppia azione: previene e corregge rughe e macchie. **Clinians Intense A Notte**, 12,79, € (*clinians.it*).
- 3. La crema giorno** Idratazione long lasting, con i suoi oli di jojoba, mandorla e aloe vera: rigenera e stimola il rinnovamento cellulare. **Crema Giorno Idratante Aloe Vera Bio Nivea**, 7,49, €, nella grande distribuzione.
- 4. Il siero** Combina due tipi di acido ialuronico, uno leviga in superficie, l'altro riempie in profondità. Da usare mattina e sera. **Revitalift Filler Siero Anti-rughe L'Oréal Paris**, 18,90 €, in profumeria.
- 5. L'idratante** Con centella asiatica, idrata per 72 ore e ricostituisce la barriera lipidica. Da usare più volte al giorno, come ricarica per la pelle. **Moisture Surge Intense 72H Lipid-replenishing Hydrator Clinique**, 21 €, in profumeria.
- 6. L'integratore** Un mix di sostanze anti-età da bere: peptidi di collagene, acido ialuronico e vitamine. **B-Selfie Skin Shot Ageless Drink**, 59,90 € (*bselfie.ch*).

→ Sorbellini. «Ma anche le acque micellari vanno bene». Il secondo step è l'idratazione. «L'acido ialuronico continua a essere il punto di riferimento antiage: grazie ai diversi pesi molecolari, agisce a vari livelli e forma una sorta di impacco invisibile sulla cute», raccomanda la dermatologa. «In questo periodo dell'anno, meglio puntare su creme che lo contengono ad alte concentrazioni». L'altro grande alleato per una pelle levigata è la vitamina C: oltre a essere utile contro le macchie, è protagonista di trattamenti d'urto ideali quando c'è bisogno di un'intensa azione antiossidante. Adesso, poi, puoi contare su nuovi prodotti che ne hanno una concentrazione potenziata e maggiormente pura rispetto a un tempo, più resistente ed efficace. Per sfruttarne in pieno tutti i benefici, adotta una skincare combinata. Come cura quotidiana (mattino e sera) scegli creme che associano la vitamina C all'acido ialuronico, ai peptidi ristrutturanti e ad altre vitamine, tipo la A e la E. In questi mesi, che la tua pelle ha bisogno di una scossa, dalle "da bere" anche un siero, un booster

o fiale monodose per cicli di 15-30 giorni (a seconda delle formule). «Se ancora non basta perché la disidratazione è strong, aggiungi alla sera una crema dalla consistenza ricca a base di ceramidi, vitamine, nicotinamide», spiega l'esperta. E presta grande attenzione al contorno occhi e labbra, le zone più fragili. «Ci sono preparati a effetto urto con peptidi che stendono in un lampo i segni oppure sieri che riparano i danni subiti durante il giorno, levigando i tessuti e riempiendo solchi e segni come piccoli filler», conclude Sorbellini. ●