

È L'ETÀ DELLA PELLE CHE CONTA

I fattori da valutare e tenere in considerazione per capire in che modo prendersi cura di una pelle matura sono molteplici. Tra questi la trama della pelle e la sua texture, la presenza di pori in evidenza e le eventuali alterazioni del colore. Lo racconta la dermatologa Chantal Sciuto

di Chiara Grianti



Faccio una premessa: non è possibile definire una pelle matura solo in funzione dell'età biologica. Ci sono, infatti, persone anagraficamente mature e adolescenti con una pelle ugualmente problematica. Dobbiamo piuttosto prendere in considerazione l'età della pelle, che è una diretta conseguenza di come la persona l'ha trattata, l'ha nutrita, l'ha protetta, nonché dell'alimentazione e dello stile di vita". È quanto ci racconta la dottoressa Chantal Sciuto, laureata in Medicina e Chirurgia e specializzata in Dermatologia e Medicina estetica, a cui abbiamo chiesto come il farmacista e l'addetto alla vendita di dermocosmesi possono approcciare un cliente/paziente con una pelle matura.

Quali sono i fattori da valutare e tenere in considerazione per capire in che modo prendersi cura di una pelle matura?

Sono molteplici. Tra questi la trama della pelle e la sua texture, la presenza di pori in evidenza. È necessario poi valutare le eventuali alterazioni del colore. E anche proprietà come l'elasticità e il tono.

Che tipo di macchie si associano a una pelle non più giovane?

Ci sono varie tipologie di alterazioni cromatiche. Ci possono essere macchie scure che spaziano da quelle causate dal sole, a quelle ormonali, come il classico melasma gravidico, a quelle dovute all'uso di antibiotici e farmaci fotosensibilizzanti le cosiddette iatrogene, ecc. Poi ci sono le macchie chiare, che vanno da forme patologiche come la vitiligine, ad altre di non accumulo di melanina. Tra le alterazioni di colore in una pelle matura si contano anche quelle legate ai capillari, quindi una pelle con una tendenza alla couperose o alla rosacea. Quest'ultima è una versione più avanzata della couperose e colpisce particolarmente gli uomini e l'area del naso. È anch'essa un'alterazione del colore della pelle matura, perché spesso rende visibile in seguito all'assottigliarsi della pelle.

Ci sono altri elementi da considerare?

Oltre alla texture e al colore della pelle è necessario valutarne l'elasticità. Quest'ultima si misura con due test molto semplici: il pinch e il twist, rispettivamente un



Due immagini dello studio della dottoressa Chantal Sciuto nel cuore di Roma

lieve pizzicotto e una leggera torsione, che consentono di comprendere l'elasticità della pelle, la resistenza alla torsione e il ripristino allo stato iniziale. Va anche valutato lo spessore della cute, che è determinato da tre pilastri: collagene, acido ialuronico ed elastina. Quando nasciamo abbiamo una pelle molto spessa ed elastica, ma con il passare del tempo si assottiglia. Secondo alcuni studi scientifici, oltre i 30 anni noi perdiamo l'1-1,5% di collagene ogni anno. L'acido ialuronico è invece responsabile dell'idratazione, della luminosità e dell'aspetto sano della pelle. Anche l'acido ialuronico nel tempo diminuisce. In primis perché non lo integriamo a sufficienza con l'alimentazione. Poi c'è un naturale invecchiamento che si accentua in particolari periodi. Per esempio in menopausa la pelle è molto disidratata, a tal punto secca da provocare fastidiosi pruriti, i capelli si inaridiscono e le unghie sono più fragili. Questo perché l'acido ialuronico e il collagene diminuiscono con l'aging. Non ultimo, una pelle matura ha un contenuto ridotto di elastina, quindi è meno elastica. La pelle che invecchia ha necessità di essere supportata.

Come?

Dopo avere fatto una valutazione cutanea, è necessario scegliere cosmetici e integratori che vadano a supplire ciò che manca. Se la pelle è molto disidratata, è necessario consigliare delle creme e integratori altamente idratanti, ricchi di acido ialuronico e di ceramidi. Per il collagene ci sono degli integratori specifici e creme che offrono supporto. E per quanto riguarda, invece, problematiche come la couperose è bene optare per dermocosmetici che contengono vitamina K dall'effetto vasocostrittore dei capillari e quindi li rendono meno evidenti. A tutti consiglio di utilizzare protezioni solari sia in estate sia in inverno perché i raggi solari colpiscono la nostra pelle anche filtrando attraverso le nuvole e provocano dei danni più significativi su una pelle sottile, come è quella matura.

Ci sono dei principi attivi che invece è meglio evitare?

Se la pelle è molto sottile non consiglio di utilizzare i retinoidi con troppa frequenza perché rischieremo di assottigliarla ancora di più. Quindi magari possiamo usare i trattamenti con retinoidi una volta alla settimana evitando accuratamente le zone del contorno occhi, del contorno labbra e intorno alle ali del naso che sono aree più sensibili.



A livello di beauty routine ci sono degli step che lei aggiungerebbe per una pelle matura?

Consiglio sempre di effettuare una triplice detersione. Il primo passaggio è quello relativo alla rimozione del make up. Vanno benissimo i bifasici per gli occhi, i balsami e le mousse che hanno proprietà oleose, perché anche il trucco più leggero necessita di una base oleosa per essere eliminato. Questi prodotti vanno ben massaggiati e poi sciacquati con acqua. Il secondo passaggio è quello della detersione vera e propria, da effettuarsi con un leggero detergente. Dovrebbe essere fatta anche dagli uomini. E infine per rimuovere gli eventuali residui di sporco e le cellule morte più superficiali consiglio di passare sul viso un guanto apposito o anche un asciugamano un po' ruvido dopo averlo bagnato. La pelle matura è molto stratificata ed è bene eliminare le cellule morte in modo delicato.

A questo proposito, ci sono dei trattamenti estetici che lei consiglierebbe a una pelle matura?

Sicuramente un peeling può essere utile. Ne esistono varie tipologie, sia chimici sia meccanici, che si possono adattare al meglio alle esigenze del singolo paziente ed essere non solo terapeutici ma anche curativi. Per esempio, possono essere utili per trattare i casi di acne tardiva, spesso determinata da sbalzi ormonali, ma anche per alleggerire le leggere discheratosi e le piccole macchie. In questo caso eseguiamo peeling chimici ambulatoriali, che non causano desquamazioni visibili e che permettono di rendere la pelle più ricettiva nei confronti dei principi attivi dei dermocosmetici utilizzati. Al peeling si possono abbinare altri trattamenti, come l'Hydrafacial, che combina una detersione profonda a una rigenerazione attraverso un cocktail di principi attivi. L'effetto è anti invecchiamento, lenitivo, e rende la pelle più luminosa e compatta.

Quando un farmacista deve rimandare il cliente/paziente a un dermatologo?

Porrei attenzione soprattutto alle alterazioni di colore, perché possono rendere necessaria una valutazione più attenta. Si può trattare di un neo, una macchia, un capillare, un angioma, ma anche una lesione precancerosa o un tumore della pelle. Il fatto che il paziente dica di averla da tempo non conta, è bene approfondire. Non dimentichiamoci che i tumori della pelle sono una realtà

LA DERMATOLOGA

Laureata in Medicina e Chirurgia, specializzata in Dermatologia e Medicina Estetica, la dottoressa Chantal Sciuto è relattrice in numerosi congressi nazionali e internazionali, docente presso Atenei e Scuole specialistiche, trainer internazionale di corsi avanzati in Anti-aging e Dermatologia estetica. Autrice di articoli a livello nazionale e internazionale, nonché di versioni italiane di enciclopedie e trattati specialistici dermatologici. Fa parte di board scientifici internazionali per filler, tossina botulinica e macchinari medicali, ed è referente di aziende mondiali di dermocosmesi come Opinion leader mondiale. Consulente in cliniche a Milano e Dubai, ha il suo Studio Sciuto nel cuore di Roma dove, in collaborazione con un team di specialisti, esegue un programma multidisciplinare per il paziente, potenziandone la qualità della vita e l'immagine estetica, per una "bellezza senza tempo".