

# Bio

magazine

N.44 MENSILE - GIUGNO 2018 - €3,90

## VERSO LA FELICITÀ

Come superare i pensieri negativi

**FOCUS ON**

### PER UN VISO TONICO

I benefici della  
Ginnastica Facciale

### L'ESTATE TI ASPETTA!

Gli esercizi per  
superare la prova-bikini

### A TAVOLA ARRIVA IL "RE"

Proprietà del basilico

### IL MOMENTO PIÙ BELLO

Una gravidanza serena e al naturale

**DOLCI  
LAMPONI**



LUNASIA EDIZIONI

Prima immissione 25/05/2018

Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in abbonamento postale - D.L. 353/03 (conv. in L. 27/02/2004 n.46) Art.1 Comma 1 Roma Aut. C/RM/35/2015

# PELLE IMPURA

## Quando le imperfezioni compaiono in età adulta

La comparsa di brufoli, punti neri e altre impurità è un fenomeno sempre più frequente anche se non si è più giovani

a cura di Marco Zorzetto

**T**utte ambiscono ad averla perfetta, poche riescono nell'intento: la bellezza della pelle è un traguardo arduo da raggiungere, soprattutto quando a fare da padroni sono impurità e imperfezioni. Ma se pensiamo che il problema riguardi solo le adolescenti ci sbagliamo di grosso: l'acne e la pelle impura sono fenomeni in crescita anche in età adulta, tanto da colpire il 51% delle donne tra i 20 e i 29 anni e il 35% tra i 30 e i 39 anni. Un problema comune che può nascere tra i banchi di scuola ma che può anche svilupparsi con l'avanzare dell'età in pelli che non ne hanno mai sofferto.

### Il meccanismo

“Il processo di questo disturbo è identico a quello dell'acne giovanile”, afferma il dott. Tito Marianetti, esperto di medicina estetica. “Le ghiandole sebacee che circondano la base dei peli funzionano troppo e si infiammano per la presenza di batteri che nel grasso trovano il nutrimento ideale”.

Le caratteristiche più comuni della pelle grassa sono l'accentuata lucidità, i punti neri e i brufoli che generalmente nell'età adulta sono localizzati soprattutto sul laterale delle guance, sul mento e sulla mandibola. Vari possono essere i fattori causali predisponenti o aggravanti a questo tipo di problema: scompensi ormonali, stress, cattive abitudini, fumo ed eccessivo utilizzo di prodotti cosmetici inadatti.

### Causa di tipo ormonale

In questo caso è indispensabile rivolgersi a uno specialista, negli altri

casi è possibile invece intervenire in maniera sintomatica sul problema migliorando la proprie abitudini di vita e servendosi di piccoli accorgimenti nella cura quotidiana della nostra epidermide. L'acne adulta richiede attenzioni e prodotti specifici diversi da quelli usati in età giovanile. “I prodotti per la pelle impura sono spesso formulati per gli adolescenti che hanno una fisiologia della pelle differente da quella degli adulti che è più sensibile ai trattamenti locali”, sottolinea il nostro esperto. “Oggi i cosmetici seboequilibranti sono studiati oltre che per curare, anche per combattere il tempo che avanza”.

### La deterzione

Gioca un ruolo fondamentale nella cura della pelle problematica: nella scelta del detergente è preferibile optare per una texture in gel o mousse, evitando quindi consistenze troppo cremose come il latte detergente. Il prodotto non deve eccessivamente sgrassare la pelle, in modo da evitare il famoso effetto rebound (ovvero, privata del suo strato protettivo, la pelle reagisce producendo ancora più sebo). Per completare la pulizia, il tonico aiuta a normalizzare la pelle, azione ancora più necessaria in caso di sebo in eccesso: l'uso regolare restringe i pori e affina la grana dell'epidermide.

### Giorno e notte

La pelle grassa si divide in due tipi, oleosa o asfittica, a seconda delle caratteristiche del sebo: nel primo caso l'epidermide è lucida e presenta pori dilatati, nel secondo invece è ruvida e secca al tatto con presenza di punti neri



**IL NOSTRO ESPERTO**  
Dott. Tito Marianetti,  
chirurgo maxillo-facciale  
specializzato in medicina  
estetica, operante a Roma  
e Avezzano  
([www.myrhinoplasty.it](http://www.myrhinoplasty.it)).

e bianchi. Bisogna così differenziare la crema giorno che sarà opacizzante per la pelle oleosa e idratante e oil-free per la pelle asfittica. Per la notte, è utile un fluido leggero che riequilibri il giusto tasso di idratazione o un esfoliante che rinnovi gli strati superficiali della pelle preservandola da macchie e segni causati dalle imperfezioni.

Da utilizzare una o due volte a settimana, completano la routine di bellezza un peeling che ridona vitalità all'incarnato, affinando la grana della pelle grassa, e una maschera, purificante per le pelli più oleose e riequilibrante e lenitiva per le pelli secche con imperfezioni.



## STOP ALLA PELLE IMPURA!

La natura viene in nostro aiuto nella lotta contro la pelle costellata da imperfezioni: le piante officinali svolgono un'azione disintossicante e purificante del sangue, favorendo l'eliminazione delle tossine, mentre gli oli essenziali svolgono invece un'azione antisettica e purificante sulla pelle rigenerando i tessuti che presentano segni e cicatrici.

### PIANTE OFFICINALI

Si possono utilizzare per via interna sotto forma di tisana o tintura madre, ma anche per uso topico attraverso creme o impacchi sul viso.

- **Bardana** (depurativa, normalizzante, disinfettante)
- **Ippocastano** (antinfiammatorio, lenitivo, alleato della microcircolazione)
- **Viola Tricolor** (depurativa, antinfiammatoria e antipruriginosa)

- **Tarassacco** (aiuta il buon funzionamento dei reni e del fegato)
- **Echinacea** (rigenerante dei tessuti epidermici)

### GLI OLI ESSENZIALI

Possono essere applicati direttamente sulla pelle, diluendo qualche goccia in un po' di gel d'aloè o in aggiunta alla propria crema per conferirle effetto astringente e riequilibrante.

- **Tea tree** (antimicrobico, antimicotico e purificante)
- **Limone** (schiarente e rigenerante, aiuta il processo di cicatrizzazione)
- **Lavanda** (antisettico e antibatterico)
- **Citronella** (ottimo astringente)
- **Calendula** (antisettico ed efficace sulle macchie o sui rossori lasciati dai brufoli più infiammati)

## I prodotti

### Erbolario

#### Crema Viso per Pelli Miste Acido Ialuronico

Un trattamento normalizzante e dermopurificante riservato alle pelli miste, che contribuisce a conferire idratazione, elasticità e compattezza.

[www.erbolario.com](http://www.erbolario.com) - € 31,90



### Delarom

#### Baume Actif Purifiant

Un balsamo purificante a base di cere naturali e oli essenziali con una duplice

azione detossinante-purificante. Perfetto come trattamento notte per le pelli miste e grasse e per quelle stressate dal colorito spento. [www.delarom.it](http://www.delarom.it) - € 70,70



### Urang

#### Vitamin Oil Serum

Previene i segni di invecchiamento. Gli ingredienti principali - olio di jojoba e rosa canina - sono ricchi di acido linolenico, vitamina A, vitamina D, B-carotene e vitamina E che penetrano rapidamente in profondità per nutrire la pelle.

[www.eliecosmetics.com](http://www.eliecosmetics.com) - € 45,00



### Biofficina Toscana

#### Struccante bifasico ai frutti rossi

Uno struccante bifasico viso-occhi con una fase acquosa e una oleosa per una profonda azione struccante ed emolliente. Indicato anche per pelli secche e mature.

[www.biofficinatoscana.com](http://www.biofficinatoscana.com) - € 14,50

