

A CURA DI VALENTINA RICCIARDI
 A CURA DI VALENTINA RICCIARDI

Si dice che il tuo guardaroba sia vecchio e...

ANTIAGE

su misura

Le rughe non sono tutte uguali. Alcune sono sottili e poco profonde, effetto carta stropicciata, e dipendono da fotoaging e disidratazione, altre situate tra le sopracciglia o tra naso e bocca dalla mimica facciale. Ancora le pieghe in zona mento e collo sono figlie della legge di gravità. Per ogni tipo di segno esiste una spiegazione e una soluzione mirata, ecco le migliori

DI SIMONA FEDELE - TESTI DI LUCIANA BUSSINI

Sono le cicatrici del riso, delle lacrime, delle domande, degli stupori e delle certezze". Così diceva Simone Signoret a proposito delle sue rughe. Ma se potessimo cancellarle con un colpo di bacchetta magica, lo faremmo davvero? Forse no, perché alla fine ci rappresentano. «Sono il segno distintivo e visibile del nostro vissuto emotivo, fanno parte della nostra personalità, le nostre rughe siamo noi», spiega Raffaella Pizzi, morfopsicologa a Milano.

«Il volto con i suoi segni e cedimenti è la fotografia della nostra evoluzione, e indica se stiamo andando verso la realizzazione o se siamo ferme in qualche conflitto. Per esempio, un viso asimmetrico con rughe precoci è tipico di una persona tormentata da disagi emotivi. Se la vita è stata molto difficile le rughe possono comparire in età giovanissima, ma poi, se le condizioni anche psicologiche migliorano, possono evolversi, modificarsi e perfino sparire». Ma come e perché le linee sottili a un certo punto diventano solchi profondi? «Il meccanismo di ricambio fisiologico fa sì che le vecchie cellule siano sostituite dalle nuove in un mese, almeno fino ai 30 anni. Poi la velocità di turn over dei cheratinociti tende gradualmente a diminuire, causando ispessimenti e macchie. ▶



BEAUTY

EROTIC

Il derma s'impoverisce di fibre di collagene ed elastina, la cute lentamente perde tono e compaiono le prime pieghe, più o meno profonde. Il processo fisiologico di invecchiamento può essere accelerato da fattori intrinseci legati ai geni, si chiama cronoaging, ed estrinseci come esposizione prolungata al sole, alterazioni ormonali, deficit vitaminici, stress, diete, fumo e danni provocati da agenti fisici e chimici», afferma Tiziana Lazzari, dermatologa e chirurgo estetico a Genova.

IMPARA A RICONOSCERLE

le rughe non sono tutte uguali

Sul viso possono convivere tre tipologie di rughe. «Le *attiniche*, piccole, tante e poco profonde dall'effetto "carta stropicciata", sono distribuite su viso, contorno occhi e décolleté come risultato di disidratazione e fotoging. Quelle *d'espressione* dalle zampe di gallina alle glabellari (tra le sopracciglia) e nasogeniene (tra naso e bocca) sono figlie, invece, della mimica facciale. Le *grinze* da rilassamento o affaticamento che vanno dagli angoli della bocca al mento, dette rughe della marionetta, o presenti in zona sotto mento e collo sono il risultato della perdita d'elasticità e del cedimento verso il basso dei tessuti», continua la dermatologa. Le rughe, poi, sono il segno esteriore dell'emotività e possono comparire anche sui più giovani. Si "leggono" dividendo il viso in tre sezioni. «La zona fronte e occhi è la parte cerebrale, le pieghe che appaiono qui indicano la tendenza a "ruminare" i pensieri e a concentrarsi molto. Tra naso e guance sono l'esito di eventi tristi come lutti e separazioni, mentre le nasolabiali pronunciate

sono lo specchio di una solitudine emotiva. Infine bocca, mento e mascella corrispondono alla parte istintiva, come le rughe della marionetta dettate dall'amarezza», sostiene la morfopsicologa. «Per prevenirle tutte non devono mancare all'organismo gli antiossidanti: dalla vitamina C, che stimola la sintesi del collagene e combatte i radicali liberi, alla vitamina E, che protegge dai danni solari e dalla perossidazione dei lipidi. Lo stesso risultato si ottiene con antiossidanti vegetali, per esempio ginkgo biloba, picnogenolo, mirtillo e liquirizia. Fondamentale usare tutti i giorni filtri Uv e creme ricche di acido ialuronico e peptidi biomimetici per mantenere la pelle idratata», suggerisce Lazzari.

LE MANI MAGICHE

rimpolpano e tonificano la pelle

Per arginare la formazione delle rughe ci sono varie tecniche, che non prevedono l'uso di macchine ma solo delle mani. Come quelle magiche di Joanna Hakimova, biologa specialista in bioestetica e cure naturali, che ha portato in Italia il suo *Biolifting*. Metodo olistico brevettato di scultura manuale del viso, abbinato a cosmetici professionali, attiva il processo di ringiovanimento biologico delle cellule, rimpolpa l'ovale, cancella i segni d'affaticamento e riposiziona i volumi. «*Biolifting* è personalizzabile e adatto a ogni età. Per un risultato duraturo insegno gli esercizi di ginnastica facciale e l'automassaggio», dice Joanna. Da tenere sul comodino il suo *Self Lifting* (ed. Red!). Info: www.naturalbiolifting.com Si chiama *Agolifting Face* il metodo di agopuntura facciale messo a punto dall'esperta coreana J.H. Song della Kyung Hee University di Seoul. ►



1. Sollevano e spianano i cerotti a base di alga bruna coreana ridensificante, Patch Ultra-Liftanti Lift HD Collistar (9,90 euro).
2. Siero idratante con quattro diversi tipi di acido ialuronico e formula NCEF®, Hydra-Hyal Laboratoires Filorga (52,90 euro).
3. Da miscelare la maschera antiage con alghe laminaria e fucus e pianta della resurrezione, Resurex-Skin Bakel (68 euro).
4. Cancella la stanchezza e ravviva il colorito spento con ginseng rosso e pro retinolo, Crema Rossa Energizzante Revitalift L'Oréal Paris (11,90 euro).

Rinfresca contorno occhi e bocca, collo e volto in modo naturale, distendendo pelle e muscoli e stimolando derma e ipoderma, per favorire la produzione di collagene e tessuto connettivo. Info: www.agolifting.it

RITUALI PERSONALIZZATI per ogni tipo d'invecchiamento

Da provare, almeno una volta nella vita, un trattamento antiage su misura. «Il nostro contrasta rughe e cedimenti, occupandosi anche dell'armonia psicofisica della persona con manipolazioni che coinvolgono spalle, nuca, décolleté, mani e piedi. Con la tecarterapia risvegliamo le cellule cutanee che ricevono, in maniera più profonda, gli attivi dei cosmetici come superossido dismutasi, una vera e propria molecola della giovinezza, e proteine ricompattanti. Il resto lo fa la maschera calco all'alga corallina rivitalizzante e idratante», sostiene Sonia Maiorana, spa manager di Villa Eden a Merano. Info: www.villa-eden.com

Sfrutta le virtù dell'acqua oligominerale del vicino Monte Baldo, il massaggio viso di Caesius Thermane & Spa Resort a Bardolino, sul lago di Garda. «Il più completo è *Luxury Face Treatment*, ovvero 80 minuti durante i quali si alternano manualità delicate e profonde, come quella che si effettua all'interno della bocca, indossando guanti speciali, per sollevare i tessuti. Tra i plus ci sono poi i nostri bendaggi caldi freddi all'acqua termale», rivela Sabina Bonvisutto, responsabile tecnica Caesius Thermane. Info: www.hotelcaesiussterme.com

Alle Terme di Saturnia, in Toscana, *Viso Intensivo*

previene e riduce le rughe in tre step. «Prima si detossinano i tessuti con un macchinario che effettua una vibrazione drenante lungo le vie linfatiche. Poi si rigenerano le fibre di collagene ed elastina con l'elettrostimolazione a correnti alternate, che lavora anche sui muscoli facciali. Infine si ricompatta la cute con sieri e maschere alla Bioglea, plancton termale di Saturnia, e la pianta ad azione miorilassante *Acemella oleracea*», dice Irene Fontecchi, beauty trainer Terme di Saturnia. Info: www.termedisaturnia.it

AFFIDATI ALLE MACCHINE per ossigenare i tessuti e spianare

Alle Terme Merano il *Trattamento Signature*, grazie alle coppette in silicone a densità variabile, drena, stimola il microcircolo, ossigena i tessuti e favorisce la penetrazione dei principi attivi. «Con una mano si tiene ferma la pelle del viso, mentre con l'altra si fa scivolare la coppetta che solleva e massaggia il tessuto connettivo. È una tecnica modulabile che si adatta alle varie esigenze individuali, basta soltanto scegliere la densità della coppetta», consiglia Verena Voltolini, spa manager Terme Merano. Info: www.termemerano.it

Il protocollo per il viso *Endermologie Rigenerazione Cellulare* coniuga l'expertise Lpg con le tecniche millenarie della medicina cinese, attraverso una particolare manovra che agisce sui meridiani yang e stimola i punti riflessi di alcuni organi. Il massaggio di questi punti impedisce il blocco delle energie e del sangue, così dopo qualche seduta migliorano rughe, colorito e anche couperose. Info: www.endermologie.com



1. Con alfaidrossiacidi leviga la pelle illuminandola, GlowTech Oxygen System Rouj+ (58 euro).
2. Agisce su rughe, colorito spento e grana irregolare con vitamina C al 10 per cento, acqua termale e acido salicilico, Pure Vitamin C10 La Roche-Posay (40 euro).
3. Protezione globale da Uv e luce blu per l'emulsione a effetto mat con vitamine, acido lipico e ialuronico, Reoxall 100s Spf 50+ Canova (28 euro).
4. Unisce gli estratti di foglie di ulivo e di vite rossa per ridurre i radicali liberi, Siero Viso Notte Maxima Enoléa (39 euro).