

sanigiforma



SKINCARE

LE NUOVE TENDENZE

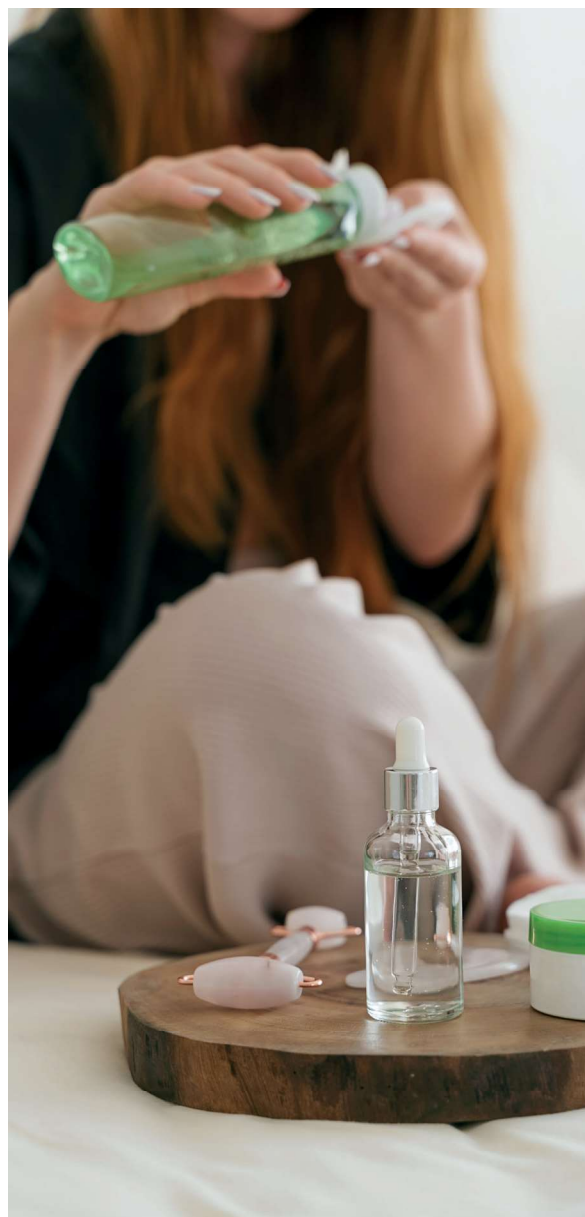
La skincare routine è oggi considerata un vero e proprio gesto di cura e benessere del corpo. Le ultime tendenze prevedono l'utilizzo di prodotti diversi e passaggi precisi, quasi come fossero protocolli dal nome complicato. Quali sono le basi scientifiche?

Il termine *skincare*, letteralmente "cura della pelle", è ormai entrato nel linguaggio comune quando ci si riferisce alla cura della pelle del viso.

Consigli per la cura del viso ultimamente vengono anche dispensati attraverso i social network: *#Beauty* e *#Skincare* sono sempre in cima agli argomenti più popolari, con milioni di visualizzazioni e sempre più influencer e utenti propongono video della propria skincare routine, mostrando prodotti che, spesso, fanno leva più sull'aspetto emozionale che sulle evidenze scientifiche alla base.

Secondo i dati di Cosmetica Italia, i prodotti dedicati alla skincare rappresentano così la principale famiglia dei consumi cosmetici degli italiani, ovvero il 16,4% del totale. In questo ambito, la varietà di prodotti è molto ampia: sieri, creme e trattamenti per specifiche esigenze, detergenti e struccanti per viso, occhi e zone specifiche.

Negli ultimi anni, inoltre, l'utilizzo di diversi prodotti ha guadagnato sempre più popolarità grazie alla "skincare coreana", detta anche "k-beauty", una beauty routine orientale che ha preso piede rapidamente anche in Italia e in Europa. Si basa sulla filosofia del prendersi cura della pelle in modo delicato ma costante, preferibilmente utilizzando prodotti naturali e sostenibili. Prevede una sequenza molto precisa di



passaggi da svolgere quotidianamente o a cadenza settimanale, seguendo due principi fondamentali: il *layering*, ossia l'applicazione di diversi prodotti, uno dopo l'altro, che agiscono in maniera sinergica, e la doppia detersione, ovvero la pulizia del viso utilizzando due tipi diversi di detergenti, uno a base oleosa e uno a base acquosa.

SKIN FLOODING

Letteralmente "inondazione" della pelle. Prevede l'applicazione in successione di quattro prodotti con l'obiettivo di conferire alla pelle del viso una idratazione di lunga durata, creando una sorta di barriera protettiva. Il primo passaggio prevede una detersione delicata per eliminare impurità e residui di make-up, a volte accompagnata dal suggerimento di non asciugare completamente la pelle del viso per "favorire l'assorbimento" dei prodotti successivi. Alla detersione segue l'applicazione di un *essence* (o *face mist*), un prodotto in soluzione acquosa molto simile ad un tonico che si applica sul viso pulito e può contenere diverse sostanze funzionali, a seconda delle esigenze. Gli ultimi due passaggi prevedono l'applicazione di un siero e una crema ad azione idratante, spesso a base di acido ialuronico o glicerina.

Una variante di questa pratica è l'applicazione sul viso, dopo la detersione, di uno strato di vaselina pura (*slugging*), con l'obiettivo di creare un film occlusivo sulla superficie della pelle per ridurre la perdita di acqua che evapora naturalmente dall'epidermide.

Sebbene per la salute della pelle una buona idratazione sia sempre fondamentale, lo *skin flooding* può essere consigliato per

La doppia detersione

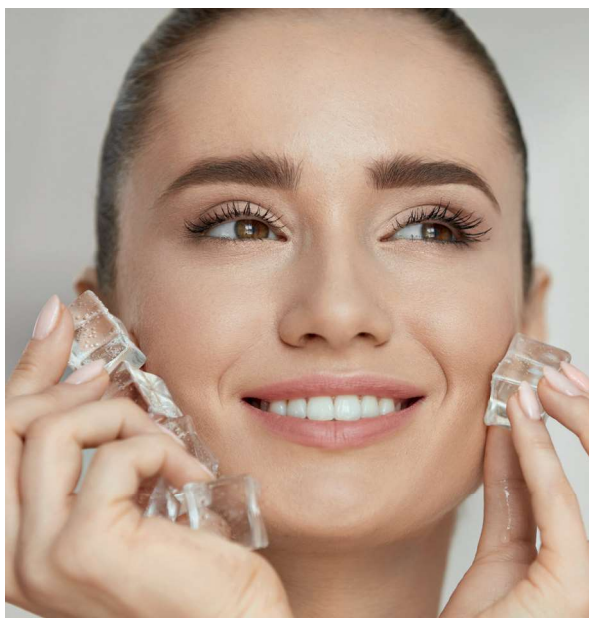
La pulizia del viso è importante sia alla sera che al mattino, per eliminare l'eccesso di sebo, i residui di cosmetici, di trucco e il particolato atmosferico. I detergenti classici, quelli che si usano normalmente per lavare il viso, sono detti tensioattivi e sono sostanze costituite da una parte acquosa (idrofila) e una parte oleosa (idrofoba). Questa caratteristica rende i tensioattivi in grado di legare lo sporco, generalmente oleoso, e asportarlo via insieme all'acqua.

Per massimizzare la pulizia, in particolare per rimuovere il trucco, la doppia detersione prevede, prima dell'impiego del tensioattivo, l'utilizzo di un detergente oleoso che scioglie i residui di sporco depositati sulla pelle. Questo passaggio è detto *deterzione per affinità*: si applica una piccola quantità di olio detergente (o olio struccante) direttamente sul viso; il massaggio e il calore della pelle conferiscono al prodotto una texture piacevole. Il secondo passaggio consiste nella rimozione dell'olio utilizzando un detergente classico, eventualmente preceduta dal passaggio sul viso di un panno apposito.

le pelli molto secche e disidratate, mentre per le pelli miste o grasse l'effetto occlusivo della stratificazione o di alcune sostanze funzionali come la vaselina potrebbe essere controproducente.

SKIN CYCLING

Questa pratica è stata presentata sui social network ed ha subito avuto molto successo tra gli utenti, diventando una vera



tendenza. Consiste nell'alternare i trattamenti per il viso secondo un programma di skincare serale suddivisa in quattro notti: la prima notte si applica un prodotto esfoliante, la seconda un prodotto al retinolo, infine la terza e quarta notte si lascia "riposare" la pelle usando prodotti idratanti. Questo protocollo è pensato per razionalizzare la routine e applicare così diversi prodotti in modo alternato ma costante. Tuttavia, è necessario ricordare che la scelta dei prodotti deve essere sempre dettata dalle esigenze personali: il retinolo, ad esempio, non è adatto alle pelli più sensibili ed è sconsigliato in estate, in gravidanza e in allattamento.

SKIN ICING

Per un effetto lifting immediato, una pratica molto di tendenza è quella di massaggiare la pelle con cubetti di ghiaccio. Il razionale su cui si fonda è che l'effetto freddo del ghiaccio diminuisce il gonfiore e miglio-

ra la tonicità e la luminosità cutanea. Attenzione però: il ghiaccio non va mai applicato direttamente sulla pelle perché potrebbe ustionare. Inoltre, questa pratica non è adatta alle pelli sensibili perché lo sbalzo termico potrebbe causare la rottura di capillari.

Si tratta, come si vede, di pratiche elaborate e non sempre necessarie. Richiedono inoltre impegno e, pertanto, spesso non vengono applicate con la dovuta costanza. In assenza di necessità particolari, conviene preferire pratiche più semplici che si basano su poche azioni di base e di efficacia validata: deterzione, idratazione e, quando necessario, fotoprotezione. Non esistono regole rigide e routine validate scientificamente e non esiste una soluzione universale per tutti. È essenziale invece conoscere le caratteristiche della propria pelle e, in caso di dubbi, affidarsi alla consulenza di professionisti del settore.

