

Macchie sul viso?

No, grazie!

Compaiono sopra le **labbra**, sulla **fronte** e sugli **zigomi**. La causa? L'aumento degli estrogeni, che vanno a sovrastimolare la produzione di melanina. Ecco i trattamenti e i prodotti in grado di attenuarle

- Servizio di ANGELA BISCEGLIA, vetrina prodotti di GIADA SALONIA -

In termine scientifico si chiama melasma o cloasma gravidico, in gergo si parla di 'maschera gravidica': è infatti un inestetismo comune nell'attesa ed è caratterizzato dalla comparsa di chiazze scure in particolari zone del viso. "Durante i nove mesi, nell'organismo materno si verifica un aumento di estrogeni che provoca una mag-

giore attivazione dei melanociti, le cellule che producono il pigmento scuro della melanina e una loro concentrazione in alcune aree", spiega Patrizia Piersini, medico estetico a Torino. Risultato? Chiazze iperpigmentate su fronte, zigomi, lati del viso e sopra il labbro superiore, con una tipica disposizione a mascherina.

Hai la pelle scura? Rischi di più!

Predisposte alla comparsa delle macchie sono soprattutto le donne che hanno un fototipo scuro (quelle, per intenderci, che in estate si abbronzano più facilmente): per natura, infatti, la loro pelle produce più melanina, e adesso che i melanociti sono sovra-stimolati, la formazione del pigmento scuro potrebbe aumentare ancora di più.

1

Tintarella sì, ma ben protetta

La prima regola per prevenire il cloasma è **protegersi dai raggi UV**, che stimolano la sintesi della melanina. Prima di esporti, dunque, applica una crema con filtro solare molto alto o ultra (50+) e rimuovi l'applicazione ogni due ore, per garantire una copertura continua.

In città, attenta ai raggi UV!

Se le vacanze sono ancora lontane, non dimenticare che il sole colpisce la tua pelle anche in città, specie se trascorri tante ore all'aria aperta o fai un lavoro che ti fa stare per molto tempo in auto: il vetro dei finestrini, infatti, filtra solo gli UVB (responsabili delle scottature) ma non gli UVA, che causano le macchie. Per questo, **al mattino usa sempre una crema** da giorno arricchita con vitamine A, E, C (che ha una lieve azione schiarente) e con filtri solari: sono cosmetici piacevoli da applicare e non ungono la cute.

3



*Al mare o in montagna,
applica sempre una crema
con filtro solare alto*

GIANNI MANZONI

4 Si possono prendere gli integratori?

Esistono integratori in grado di contrastare le macchie? "Ce ne sono alcuni a base di **plenogenolo**, che viene estratto dalla corteccia di pino marittimo francese e che, oltre alle proprietà antiossidanti (è uno dei complessi anti-radicali liberi più potenti in natura), è efficace anche nella prevenzione e ha un effetto schiarente sulle chiazze già formatesi", risponde Piersini. "In teoria, tali integratori si potrebbero prendere anche durante i nove mesi, ma è sempre consigliabile consultarsi con il ginecologo sull'opportunità di usare certe sostanze, soprattutto se ne sono già stati prescritti altri".

Se le chiazze ci sono già

Se il cloasma ha già 'contornato' il viso, bisogna correre ai ripari: anche in città, la protezione ultra è d'obbligo. In più, prima della crema e solo sulle macchie, mattina e sera puoi applicare un prodotto schiarente. "A dire il vero, tali cosmetici non servono tanto a schiarire le chiazze, quanto a inibire la sintesi di un enzima chiamato tirosinasi, che partecipa alla formazione della melanina", precisa Piersini.

I prodotti più efficaci sono quelli contenenti rucinol, derivato della resorcina, acido cogico (agente depigmentante di derivazione fungina), acido fitico (presente negli strati superficiali del chicco dei cereali), arbutina (ricavata dalle foglie di uva ursina) e acido glicirretico estratto dalla liquirizia. Si possono usare anche in gravidanza poiché si tratta di cosmetici; l'importante è che non contengano idrochinone, un principio attivo dall'azione più 'forte' controindicato nei nove mesi (che però può essere prescritto dal medico solo come galenico e nella Unione Europea non si trova in nessun prodotto da banco). Perché abbiano effetto, è fondamentale che l'uso avvenga in maniera costante: prima di riuscire a inibire la tirosinasi, occorrono 5-6 mesi di applicazione continuativa!"

5



GESTY IMAGES

Per combattere l'inestetismo si può provare ad applicare un prodotto schiarente, con costanza, mattina e sera

Scrub sì, ma senza esagerare

Per uniformare il colorito, rimuovere le cellule morte e gli strati più superficiali della melanina, può essere utile fare uno scrub una volta alla settimana. **Attenta, però, a non aggredire la pelle** con prodotti troppo esfolianti, perché un'irritazione della cute può stimolare un'ulteriore produzione di melanina, aggravando anziché migliorando il problema. Acquista allora un cosmetico per pelli sensibili, contenente ad esempio granuli di jojoba, ad azione emolliente e idratante.

Cancellarle? Dopo il parto e l'allattamento!

È difficile che il cloasma scompaia completamente dopo il parto, specie se la melanina si è depositata non solo a livello dell'epidermide, lo strato più superficiale della pelle, ma anche nel derma, lo strato profondo. Tuttavia, dopo la nascita i livelli ormonali tornano alla normalità e questo può attenuare l'inestetismo", dice Patrizia Piersini. "Ma è importante **evitare un'esposizione eccessiva al sole** per non sollecitare l'attività dei melanociti". Se permangono chiazze scure particolarmente evidenti, dopo il parto e l'allattamento si possono effettuare vari tipi di peeling chimico dal medico estetico, che rimuovono gli strati superficiali della pel-

le con un effetto schiarente. Uno dei più indicati è la soluzione di Jessner, a base di resorcina, acido lattico e acido salicilico. Steso sulla pelle, produce una desquamazione più o meno marcata a seconda del numero di strati applicati, che viene deciso dal medico caso per caso. Un altro peeling efficace è composto da acido ascorbico, fitico e un modulatore dei radicali liberi, con l'aggiunta di concentrazioni variabili dal 10 al 20% di acido tricloroacetico: un mix schiarente che inibisce anche la produzione di melanina. Il ciclo di peeling richiede in genere 5-6 sedute ogni 15-20 giorni, a un costo indicativo di 120-150 euro ciascuna. In base al tipo e all'entità del melasma, un altro trattamento utile può essere il laser. "L'ultima novità in tema macchie è il laser frazionato, che rimuove il pigmento melaninico", spiega il medico estetico. "Il vantaggio, rispetto al laser tradizionale, è che il trattamento risulta meno aggressivo". Di solito sono necessarie 2-3 sedute, che costano circa 1.000 euro l'una. Tutti i trattamenti schiarenti possono essere eseguiti da ottobre a maggio e devono essere sospesi in prossimità dell'esposizione al sole.

Un peeling anche a casa

8

Esistono peeling che si possono fare anche a casa da sole, ma esercitano un'attività meno marcata rispetto a quelli che si effettuano dal medico. I principi attivi sono presenti in concentrazioni inferiori, ma hanno un'efficacia senz'altro maggiore rispetto alle creme. Sono prodotti cosmeceutici, cioè una via di mezzo fra i cosmetici e i farmaci, pertanto è sempre opportuno farsi consigliare dal dermatologo sulla frequenza e le modalità di applicazione. Meglio evitarli in gravidanza, però, perché la pelle è più sensibile e potrebbe avere una maggiore reattività.

scelti
per voi



Collistar Crema
viso abbronzante
protezione attiva
(50 ml, € 28 ca)
antimacchia per
pelli ipersensibili.



Mamma Donna
Chicco Crema
trattamento
macchie cutanee
(40 ml, € 19,90 ca)
previene e tratta.



Roc Minessol
Trattamento
Anti-Macchie
Brune SPF 50+
(50 ml, € 17,80 ca)
uniformante.



Lierac Anti-Taches
Correction
Active (5+30 ml, € 47 ca): concentrato
schiarante e siero
deipigmentante.

Dopo la nascita, attenta a...

Anche dopo il parto, ci sono alcuni fattori che possono stimolare i melanociti e provocare la comparsa di macchie: tra questi, l'uso di alcuni farmaci antinfiammatori, antibiotici, antidepressivi e della pillola anticoncezionale o semplicemente il trascorrere dell'età, che porta a un rallentamento del turn-over cellulare e a un accumulo di melanina in determinate zone del viso e del corpo. La migliore forma di prevenzione consiste nell'evitare le esposizioni selvagge al sole e mettere sempre creme con protezioni solari elevate.



Green Energy
Organics
Gommage
Douceur n°5
(€ 22 ca) per pelli
stressate.



L'Erbolario
Gommage al
Bois de Panama
(75 ml, € 30 ca)
adatto anche
alle pelli sensibili.



Declairil
Mantenimento
(50 ml, € 26 ca)
ostacola
il riformarsi delle
macchie scure.



BioNike Defence
Sun 50+ (50 ml,
€ 17,50 ca) crema
solare dedicata
alle pelli sensibili
e intolleranti.



EuPhidra Skin
Progress System
Fluido Illuminante
(30 ml, € 23 ca)
previene e attenua
le discromie.



Lichtena Stick
SPF50+ (8 gr,
€ 12,50 ca)
per le zone più
delicate: labbra,
zigomi e naso.



Rilastil Aqua
Crema Idratante
SPF15 (50 ml,
€ 27 ca) idrata
in profondità
e protegge.



Ducray
Melascreen
SPF50+ (40 ml,
€ 17 ca) crema
solare specifica
per macchie brune.

Consulenza di **Patrizia Piersini**,
medico estetico a Torino