

Stato > [Salute](#) > Si può ringiovanire una pelle che ha perso elasticità?

18 novembre 2017

## SI PUÒ RINGIOVANIRE UNA PELLE CHE HA PERSO ELASTICITÀ?

**U**na pelle invecchiata, che ha perso elasticità, che presenta ormai rughe sempre visibili, può ancora in qualche modo essere "recuperata"? Cosa può fare una persona, con i mezzi a propria disposizione e cioè



### CERCA SU MARGHERITA

Bicerca personalizzata

  

### L'oroscopo di oggi



Questo sito usa cookies per migliorare la tua esperienza di navigazione. Se accetti di proseguire la navigazione fai click su "continua altrimenti puoi fare opt out" [Annulla](#) [Lega](#)

Si può ringiovanire una pelle che ha perso elasticità?

**Se ti piace Margherita.net** iscriviti alla nostra newsletter per ricevere i nostri aggiornamenti via email. [Fai click qui per iscriverti.](#)

Risponde la **D.ssa Mariuccia Bucci** - Dermatologo Plastico e NutriDermatologo

Per migliorare o meglio "recuperare" una pelle invecchiata, una delle strategie è di combinare l'uso di integratori e di cosmetici "particolari".

Attraverso l'uso degli integratori si possono assumere attivi, come gli Omega 3 che, se bilanciati con una giusta quota di antiossidanti, agevolano la lotta all'infiammazione. L'**infiammazione è uno degli acceleratori del processo d'invecchiamento.**

L'esigenza di assumere Omega 3 è legata al fatto che nel regime alimentare quotidiano c'è una prevalenza di introduzione di Omega 6 (carni rosse, insaccati). Questi ultimi sono "mediatori" che favoriscono l'infiammazione, gli Omega 3, invece, servono proprio per contrastare questo processo.

E utile combinare anche l'applicazione di cosmetici con attività "particolari". Oggi, il cosmetico anti-età è diventato "high-tech" non soltanto per la formulazione ed i veicoli utilizzati, ma soprattutto per gli attivi "funzionali". I moderni cosmetici mirano alla qualità della vita cellulare, al corretto metabolismo e all'idratazione profonda della pelle.

La tendenza emergente è, dunque, quella della **cosmesi funzionale**, cioè l'innalzare la capacità di tali cosmetici di interagire positivamente con i processi fisiologici e metabolici cutanei per mantenere la pelle in buono stato.

I principi attivi "funzionali" diventano quindi una sorta di "integratori a uso topico", la cui missione primaria è quella di fornire alla pelle tutti i principi nutritivi necessari per mantenerla sana e per contrastare l'invecchiamento. Con il passare del tempo, a livello cutaneo, vengono a diminuire diversi nutrienti cellulari, molti meccanismi enzimatici e il metabolismo cellulare sono rallentati.

Nasce il nuovo concetto di "dieta della pelle" inteso come una vera e propria alimentazione topica e nutrizionale di attivi che cerca di colmare le necessità e i bisogni della pelle, e di contrastare i cinque processi cellulari correlati all'invecchiamento e al danneggiamento del DNA, ovvero: l'ossidazione, la metilazione, la glicazione, l'infiammazione e la riparazione del DNA.

Normalmente vengono impiegati pool di antiossidanti per uso topico, come la vitamina C, il coenzima Q10 o l'acido α-tipoico. Queste molecole sono in grado, tramite meccanismi differenti, di agire stimolando la produzione di collagene, la vitamina C, migliorando il trofismo cellulare (CoQ10) e riducendo l'attivazione di fattori di trascrizione come NF-κB (acido α-tipoico).

Recentemente sono stati individuati e studiati composti innovativi interessanti come: il dipeptide L-carnosina (lattico antiossidante), gli antiossidanti contenuti per esempio nella bacca *Maqui berry* o *Aristohella chilensis* (potentissimo attivo antiossidante per gli elevati livelli di antiossidanti) o nel melograno, i semi di Chia o di *Salvia hispanica* (lattico antinfiammatorio ed antiossidante, è una delle più ricche fonti vegetali naturali di omega3), l'estratto di *Spirulina* (lattico antiossidante), l'acido malnico (molecola estratta dal cuore dell'oliva, è un potentissimo antiossidante che riduce la produzione di mediatori pro-infiammatori), il polisaccaride ricco in fucosio "FROP-3" in grado di aumentare la sintesi fibroblastica di glicosaminoglicani con conseguente miglioramento dell'aspetto cutaneo e riduzione delle rughe.

#### Rincontriamo la D.ssa Mariuccia Bucci

Dermatologo Plastico e NutriDermatologo  
Co-Fondatore e Responsabile Scientifico ISFLAD (International Italian Society of Plastic, Regenerative and Oncologic Dermatology)  
Sito web: <http://www.marlabucci.it>

Margherita.net

**Se ti piace leggere Margherita.net, abbonati gratuitamente alla nostra newsletter settimanale, ogni settimana nella tua mail. Fai click qui per saperne di più.**

#### Lascia un commento

Il tuo indirizzo email non sarà pubblicato.

#### Commento

COMMENTO ALL'ARTICOLO

### TI POTREBBE INTERESSARE ANCHE

#### I VOSTRI COMMENTI

1. Anonimo su Penicita di avere avuto dei figli
2. Anonimo su Sta per lasciarti? Ecco come capirlo in tempo
3. Anonimo su Sta per lasciarti? Ecco come capirlo in tempo

### MARGHERITA

Margherita.net è il primo magazine online femminile in Italia, online dal 1998, è sempre stato uno dei punti di riferimento delle donne in rete.



#### MARGHERITA.NET

- Dieta dimagranti e fitness
- L'oroscopo del giorno
- L'oroscopo del mese di Margherita.net
- La salute delle donne
- Tendenze capelli trucco bellezza donna
- Tendenze moda donna

MODA TENDENZE MODA | SFILATE | BACKSTAGE | CONSIGLI DI STILE | STREETSTYLE  
BELLEZZA | CONSIGLI DI BELLEZZA | LEZIONI DI TRUCCO | TAGLI DI CAPELLI | TENDENZE CAPELLI | TENDENZE TRUCCO  
RICETTE DI CUCINA | PROMI | SECONDI | CONTORNI | DESSERT | I MENÙ DI MARGHERITA  
BENESSERE | SALUTE | CHIRURGIA ESTETICA | DERMATOLOGIA | PSICOLOGIA | DONNE E SALUTE | GINECOLOGIA  
TELEFONO OROSCOPO 2016 | OROSCOPO DI OGGI | BENESSERE DONNA | TEST & QUIZ ONLINE | LIBRI DA LEGGERE

Contatti | Chi siamo | Privacy | Informativa Cookies | Mapa del sito | Newsletter | Pubblicità su Margherita.net

Margherita.net è un prodotto di [Delekgroup Online Publishing](#) copyright 1998-2017

ADVERSUS ITALIA | ADVERSUS OLANDA | TRENDSSTYLE OLANDA | TRENDSSTYLE HONG KONG | ADVERSUS INTERNATIONAL | TRENDSSTYLE ASIA

Per la pubblicità su Margherita.net **VEESIBLE**

I contenuti e le immagini di questo sito sono di esclusiva proprietà di Margherita.net 1998 - 2017 e coperti da diritti d'autore.