

# Ritocchino?

## Sì, però...

DAL BOTULINO  
AGLI ULTRASUONI.  
DAI FILLER  
MODULABILI ALLA  
BIOSTIMOLAZIONE.

**MINI GUIDA  
PER SCEGLIERE  
IL TRATTAMENTO  
ESTETICO GIUSTO.  
RIGOROSAMENTE  
SENZA BISTURI.  
A MISURA DI ETÀ**

a cura di **Michela Duraccio** e **Alberta Pianon** - Testi di **Claudia Bortolato**  
illustrazioni di **Luisa Tosetto**

STAI PENSANDO di fare un salto dal medico estetico per una punturina che rallenti i segni del tempo? Fai bene. Persino Gwyneth Paltrow, storica paladina dello healthy style, non rinuncia a piccoli, selezionati ritocchi che, come ha confessato ai tabloid, «rendono il viso meno imbronciato». E ha ragione. Ci sono trattamenti leggeri (per alcuni addirittura basta il tempo di una pausa pranzo) che possono fare la differenza a 30 come a 60 anni. Interessata? Nelle prossime pagine, abbiamo selezionato metodiche classiche e novità interessanti suddivise per età. Studiale e pensaci. Non troppo a lungo, però: il momento giusto è adesso, fra autunno e inverno.

# Dai 30 ai 40



## Sei stanca del colorito grigio

IL PEELING CHIMICO è tuttora imbattuto per uniformare la carnagione. «Il classico che funziona è l'acido glicolico al 50-70 per cento, ma dà splendidi risultati anche l'associazione di acido mandelic al 20-30 per cento con acido salicilico al 10 per cento. Entrambi migliorano la texture della pelle, illuminano, attenuano visibilmente le macchie scure e gli eventuali esiti dell'acne. Altro evergreen è la soluzione di Jessner, un cocktail di acido salicilico, acido lattico, resorcinolo e alcol, che schiarisce e leviga» spiega Mariuccia Bucci, dermatologa presidente

ISPLAD. «Ideale, quindi, per dire addio ai diversi tipi di macchie scure». In ogni caso, una sola seduta non basta: per avere buoni risultati, ne occorrono da 2 a 7, a seconda del mix scelto. Costo: 200 euro per la soluzione di Jessner, 250 euro per gli altri peeling. Tieni presente, poi, che subito dopo la pelle può risultare arrossata e i giorni successivi desquamarsi leggermente.

**Quando basta la "pausa pranzo"** Se preferisci trattamenti poco impegnativi, ci sono le nuove formulazioni bifasiche. Composte da acidi esfolianti e soluzioni lipofile, permettono di tornare immediatamente alla vita sociale, senza problemi di rossori o altro. «Decisamente più soft,

Per rallentare i primi segni,  
prova le soluzioni delicate  
che migliorano la grana della  
pelle e i nuovi filler  
che danno volume su misura

sono peeling ideali per attenuare il grigiore tipico della pelle che ha preso troppo sole» spiega Bucci. Bastano 5-6 sedute per un bell'effetto. Costo: da 250 euro l'una.

**Via couperose e capillari evidenti** La soluzione che funziona si chiama Metodo Klereska, un'innovativa tecnologia detta anche biofotonica. Utilizza un'energia a fluorescenza attivata da uno speciale gel fotoconvertitore che stimola i naturali meccanismi di riparazione cutanei: incentiva il neocollagene, ripristina il microcircolo e migliora complessivamente la luminosità e la qualità della pelle. In particolare, riesce ad attenuare rughe sottili, dimensioni dei pori, esiti di cicatrici. Occorrono circa 5-6 sedute. Costo: 350 euro circa l'una.

## Vuoi labbra piene

**LA BOCCA TURGIDA** va ancora per la maggiore, anche se oggi l'obiettivo preferito è quello di avere un risultato naturale e soft: niente labbra a canotto, per intenderci. «Il principio attivo più utilizzato resta sempre l'acido ialuronico specifico per quest'area, dunque dalla consistenza più morbida e duttile, in grado di migliorare l'aspetto in modo molto armonioso» spiega Giuseppe Sito, chirurgo estetico. Tra l'altro, anche le tecniche di applicazione sono cambiate ed evitano risultati artefatti.

**Per aggiungere tridimensionalità** La tendenza del momento è la tecnica French Kiss. «Rispetto al metodo classico, che coinvolge tutto il contorno, questo trattamento prevede un numero ridotto di punti di inoculazione del filler (due per lato sul labbro superiore, due su quello inferiore)» precisa il chirurgo. Inoltre basta una seduta da ripetere dopo 8 mesi circa. Costo: 400 euro circa.

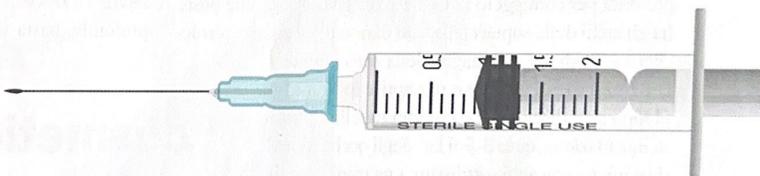
**Obiettivo forma a cuore** In questo caso, la metodica più indicata e molto in voga tra le giovani è quella detta Russian Lips. «La tecnica prevede una serie di iniezioni di acido ialuronico nella parte interna della mucosa labiale, in modo da rialzare l'arco di Cupido e ottenere un disegno armonioso. Le iniezioni vengono eseguite in direzione verticale, cioè perpendicolare rispetto al labbro superiore» spiega Sito. È un protocollo quindi che tende a solle-

vare, più che a ispessire, e non è consigliato se le labbra sono molto sottili. Anche in questo caso è sufficiente una seduta da ripetere dopo 6 mesi. Costo: 500 euro circa.

## Cominci a temere le rughe

**GIÀ DOPO I 30 ANNI** la produzione di collagene ed elastina (le fibre di sostegno della pelle) rallenta. Diminuiscono le percentuali di acido ialuronico e inizia a segnare il passo anche il normale ricambio cellulare, ragione per cui la pelle tende a diventare più secca e a segnarsi. «Per mitigare le rughe d'espressione e restituire turgore alla pelle di tutto il viso, funziona bene la biostimolazione a base di acido ialuronico che, mantenendo un'idratazione ottimale in tutti gli strati cutanei, agisce anche come prevenzione, rallentando l'invecchiamento» spiega la dermatologa Mariuccia Bucci.

**Le nuove formulazioni** «Le combinazioni biostimolanti di acido ialuronico e glicerolo o di un collagene biotecnologico derivato dai filamenti dei bachi da seta danno ottimi effetti quando si tratta di attenuare i primi solchi e nel rallentare la comparsa. L'effetto dura 3-4 mesi» conferma la specialista. Servono almeno 3 sedute, da circa 250 euro. Per i segni più marcati, come quelli orizzontali sulla fronte (rughe del pensatore) e della zona perioculare, puoi abbinare anche nella stessa seduta un filler riempitivo all'acido ialuronico e il fortingiovanimento con IPL, che utilizza un sistema di fasci di luce pulsata ad alta intensità. «Si usa un manipolo che fornisce energia alla pelle nei primi 2 mm di profondità e che, rilasciando calore nel derma, ha un effetto liftante e di stimolo della nuova formazione di collagene» spiega Bucci. I risultati sono subito visibili e migliorano ulteriormente con il passare dei giorni. La durata è di circa 6 mesi e servono 4-5 sedute. Costo: 400-500 euro l'una.



## I cosmetici must have

**A QUEST'ETÀ DEVI TENERE A BADA LA COMPARSA DELLE RUGHE.**

Gli immancabili nel tuo beauty case? «Un booster idratante, come il classico acido ialuronico, un ottimo detergente detossinante se la pelle è impura da usare mattina e sera, una maschera purificante alla settimana e un buon Spf» consiglia la dermatologa Bucci. È importante anche iniziare a sostenere i meccanismi rigenerativi della pelle.

«Fai il pieno di vitamine, nei cosmetici: privilegia la A, la E, antiossidante, e la F, un insieme di acidi grassi che mantiene elastica la pelle».

**I must have?** Un contorno occhi antifatica, un peeling soft da usare la sera (perfetti gli AHA o i polidrossiacidi, che regalano luce e stimolano il rinnovamento cellulare). Per la notte, scegli formule rigeneranti, per esempio con Omega 3 e 6 che, con le ceramidi, «cementano» lo strato corneo della pelle e proteggono dallo stress ossidativo.

# Dai 40 ai 50

## Desideri zigomi definiti

ALTI E BEN STRUTTURATI, non solo scolpiscono, ma "sollevano" anche la parte inferiore del viso che, con il passare degli anni, tende sempre più a subire la forza di gravità. «Per restituire volume agli zigomi, sono indicati i filler a base di acido ialuronico. Tra i più performanti quelli biodinamici, che hanno un'elasticità talmente elevata da integrarsi perfettamente nel derma e, di conseguenza, seguono i movimenti della mimica facciale con un effetto naturale» assicura Giuseppe Sito, chirurgo estetico. Basta un'unica seduta per un risultato che dura dagli 8 ai 10 mesi. Costo: 800 euro circa.

**Un'alternativa all'acido ialuronico: l'idrossiapatite di calcio** «Si tratta di un altro filler riassorbibile a base della stessa sostanza che compone le ossa, ma sintetizzata in laboratorio. Ha una durata un po' più lunga: circa un anno contro gli 8-10 mesi dello ialuronico» spiega lo specialista. Costo: 500 euro circa a seduta. Entrambe le soluzioni sono ok ma, soprattutto in questa zona, vanno perfettamente calibrate per creare un'armonia d'insieme ed evitare l'effetto *pillow face* (il viso gonfio come un cuscino). Il consiglio è andare per gradi. «Parti con una fiala per zigomo e torna eventualmente dal medico fino a raggiungere il risultato desiderato» consiglia Sito.

## Cerchi uno sguardo più fresco

LA TOSSINA BOTULINICA è ancora la soluzione preferita per correggere le rughe della glabella (quelle poste fra gli archi delle sopracciglia, che danno uno sguardo corrucciato), le rughe a ventaglio della zona periorbitale (o zampe di gallina) e per aprire lo sguardo. «Dopo aver disegnato con un pennarello i punti di inoculazione, circa 3-5 ai lati degli occhi, il medico inietta con aghi sottilissimi una mini dose di tossina botulinica che, bloccando la liberazione di acetilcolina, la sostanza che trasmette l'impulso nervoso ai muscoli, spiana tutti i segni» spiega il medico. L'effetto non è immediato: occorrono circa 3-4 giorni perché inizi a essere visibile e

*I nuovi filler biodinamici risolvono i lineamenti mantenendoli armoniosi e naturali*

raggiunge l'apice dopo circa 15 giorni, per andarsene gradualmente in 6-8 mesi. Costo: da 300 euro circa.

**Se il problema sono le occhiaie** Per attenuare le ombre scure sotto gli occhi, punta su un trattamento schiarante. «Un peeling a base di acido lattobionico e gluconolattone le elimina in una sola seduta. Le occhiaie sono anche infossate? Oltre al peeling, ci vuole un filler di acido ialuronico a basso peso molecolare, una formula studiata appositamente per restare in sede senza aggiungere volume. «Con la tecnica "a sandwich" si interviene creando un doppio strato di filler, che riempirà in maniera mirata. L'acido ialuronico, inoltre, irrobustisce la pelle, che è molto sottile in quella zona» precisa Bucci. Sono necessarie una o due sedute. Costo: 500 euro a fiala. Infine, se lo sguardo è appesantito da borse, per quelle molto evidenti occorre un intervento di blefaroplastica inferiore. Se invece sono lievi, può bastare un filler "sciogli-grasso". A base di peptidi biomimetici e iniettato a bersaglio, è in grado di ridurre le dimensioni delle cellule di adipe, riducendo il gonfiore. Costo: 200 euro l'una.

## Hai deciso di cancellare il "codice a barre"

BRUTTE LE FITTE RUGHETTE VERTICALI del contorno labbra: in certi casi rendono impossibile stendere il rossetto! A formarle sono diversi fattori: conta l'età, certo, ma spesso ci mettono lo zampino le overdose solari e soprattutto le sigarette (si chiamano, infatti, anche *smoker's wrinkles*, rughe del fumatore). «Se non sono troppo profonde, basta un paio di sedute di skin booster, parti-

## I cosmetici must have

A QUEST'ETÀ, LA PELLE INIZIA AD ESSERE più granulosa e ispessita, possono comparire macchie, le rughe si fanno più evidenti. «Punta su prodotti idratanti e allo stesso tempo rimpolpanti, per esempio a base di collagene, elastina, acido ialuronico a diversi pesi molecolari» suggerisce Bucci. Soprattutto se la pelle "tira", sarebbe bene ricorrere agli oli, ricchi di acidi grassi polinsaturi antiseccchezza. Non usi ancora regolarmente un siero? È il momento di farlo. Al mattino puoi sceglierne uno con vitamina C o E in combinazione, così uniformi, illumini, ricompatti la pelle e la proteggi anche dall'*inflammaging*, l'invecchiamento indotto da inquinamento, smog e stress. Di sera, applica un siero rigenerante a base di retinolo o dell'analogo naturale bakuchiol. Per la detersione, meglio formule delicate e texture in mousse o in burro, così da mantenere sempre alto il livello di nutrimento. Si a un tonico leggermente esfoliante e, almeno una volta a settimana, a una maschera idratante» dice Bucci.

# 50

5 giorni, per andarsene gradual-  
10 euro circa.

**viaie** Per attenuare le ombre  
trattamento schiarente. «Un  
co e gluconolattone le eli-  
aie sono anche infossate?  
i acido ialuronico a basso  
a appositamente per re-  
ne. «Con la tecnica "a  
ppio strato di filler, che  
onico, inoltre, irrobui-  
la zona» precisa Buc-  
sto: 500 euro a fiala.  
e, per quelle molto  
istica inferiore. Se  
li-grasso". A base  
o, è in grado di  
lucendo il gon-

RTICA-  
possibile  
i: conta  
erdose  
anche  
oppo  
arti-

colari formulazioni di acido ialuronico fluide ad alto peso molecolare e stabilizzate. Iniettate con tecnica lineare, idratano in profondità, proteggono dai radicali liberi, ma, soprattutto, riducono all'istante i segni» suggerisce Mariuccia Bucci. L'effetto immediato dura 3-4 mesi. Costo: 200 euro a seduta. In alternativa, hai a disposizione trattamenti specifici «Si tratta di formule gel a base di peptidi biometrici (molecole che compongono le proteine) associate a una minima dose di acido ialuronico che serve da vettore: una volta depositato su tutta la lunghezza dei solchi cutanei, li colma e li distende, preservando l'elasticità e la

morbidezza di tutta l'area» spiega il professor Sito. Costo: 200-300 euro, durata circa 4-5 mesi.

**L'efficacia del laser** Se le punturine non ti convincono, puoi provare i laser frazionati che incentivano la produzione di collagene e di elastina. Per le rughe di vecchia data funziona bene il laser CO2, mentre per quelle meno marcate dà ottimi risultati la versione Erbium Glass. «Generalmente, le metodiche che usano il laser non danno particolari reazioni, se non un eritema nel post seduta che dura circa una settimana» avvisa Bucci. Per un risultato ottimale servono in media almeno due appuntamenti. Costo: 400-500 euro l'uno.

dossier

*Il botulino ringiovanisce lo sguardo. Ma leviga anche le rughe tra le due sopracciglia, quelle che danno un'aria corruciata*



# Dai 50 in su



## Vedi che l'ovale è ceduto

PER UN PROFILO BEN DEFINITO, oggi, puoi affidarti a soluzioni soft come quella appena presentata al Congresso di Medicina Estetica dell'Agorà di Milano. Si chiama Multi Layer Technique 3.1 e migliora sia i volumi sia la tonicità della parte bassa del viso, iniettando a profondità differenti tre diversi filler all'acido ialuronico. «Il primo, volumizzante e statico, serve a ridare sostegno, ridurre i cedimenti e dare una solida base d'appoggio. Su questa si inietta un secondo filler di tipo dinamico e più

morbido. Il terzo, che resta appena sotto la superficie, è un acido ialuronico molto fluido, un biorivitalizzante che ridensifica e ricompatta la pelle» spiega il chirurgo estetico Giuseppe Sito. Il costo: 1.200 euro per la prima seduta, 350 euro per i richiami dei filler superficiali (uno ogni 2-3 mesi circa).

**Evitare gli aghi si può** Non ci sono solo le punturine. Se vuoi un effetto analogo che ridefinisca i lineamenti, funzionano bene anche gli ultrasuoni microfocalizzati HIFU. «Si tratta di onde acustiche ad alta frequenza e intensità



che lavorano sotto pelle a diversi millimetri di profondità (da 1,5 mm a 4,5 mm), fino a raggiungere le fibre muscolari. In questo modo, si stimola la formazione di nuovo collagene: la pelle apparirà gradualmente ridensificata dall'interno l'ovale» spiega la dottoressa Bucci. Di solito è sufficiente una seduta per mantenere la pelle soda per circa 9 mesi. Costo: 600-700 euro.

## Vuoi risollevarle le palpebre

**NEL TEMPO I MUSCOLI PERDONO TONO** e una delle conseguenze è anche la "caduta" delle palpebre. Per correggerle con un effetto simile a quello di una blefaroplastica delicata, puoi provare un protocollo che combina due rivi particolare che, con un gas ionizzato (Plasma), provoca eliminare la pelle in eccesso. Nella stessa seduta si abbina un laser CO2 frazionato dai molteplici effetti: stimola il collagene, tende la pelle, rialza le sopracciglia e leviga le zampe di ca un lieve rossore o gonfiore, che scomparirà nel giro di 2-3 giorni. Il numero di sedute dipende da quanto sono appesantite le palpebre. Costo: 400 euro a seduta.

**Il bisturi che non taglia** C'è un'altra soluzione valida che il medico può proporti per risollevarle lo sguardo: il micro-radio bisturi, un dispositivo dotato di una punta sottile che pratica micro scottature ultraprecise. «Il calore elimina lo strato più superficiale della pelle senza toccare i tessuti sottostanti, levigando e, anche in questo caso, vaporizzando i tessuti di troppo» spiega Sito. L'effetto è subito visibile e la crosticina che resta sulle palpebre guarirà in qualche giorno. Dovrai solo lavare la zona con un sapone apposito consigliato dal medico e proteggerla dai raggi UVA. Basta un paio di sedute. Costo: 400 euro l'una.

## Non ti piacciono le tue guance svuotate

**QUANDO LA PELLE SCENDE** verso il basso, tende a provocare dei "vuoti" o delle depressioni, dovuti al graduale impoverimento generale a livello di epidermide, derma, tessuto adiposo, persino osseo. «Puoi restituire i volumi svuotati dall'età con una tecnica che, grazie a un innovativo dispositivo medico a ciclo chiuso, miscela una speciale formulazione di acido ialuronico con plasma ricco di piastrine (PRP) ad altissima concentrazione di fattori di crescita (si ottengono con un piccolo prelievo di sangue del paziente). Il trattamento, da eseguire solo in ambulatori autorizzati, aiuta da un lato a "riempire" le zone svuotate, dall'altro

modula il rilascio dei fattori di crescita da parte delle piastrine, con un effetto tensore e ricompattante estremamente rapido. Occorrono due appuntamenti e richiami ogni sei mesi» spiega il professor Sito. Costo: la prima seduta 500 euro. I richiami 400 euro.

**L'aiuto prezioso delle cellule staminali** Altra tecnica innovativa di medicina rigenerativa è la biorigenerazione PRP dell'innesto di cellule staminali autologhe (cioè proprie del paziente). «In anestesia locale, con una micro-cannula, il chirurgo estetico preleva una piccola quantità di tessuto adiposo, per esempio, dalla pancia, lo emulsiona in uno speciale dispositivo per fluidificarlo e poi lo utilizza come un filler nei punti in cui il viso appare troppo svuotato. L'effetto è molto naturale e si nota già dopo 24 ore, sebbene l'azione rigenerante e riempitiva raggiunga l'apice dopo circa 2-4 mesi. Il tutto senza il rischio di "gonfiare" in modo eccessivo la zona trattata, come a volte può succedere con l'acido ialuronico che richiama acqua nei tessuti» dice il chirurgo estetico Sito. Costo: da 800 euro circa la seduta, da ripetere dopo sei mesi.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

*I trattamenti rigeneranti e riempitivi sono in grado di dare un sostegno extra. E opporsi alla forza di gravità*

**I cosmetici must have** CON LA DRASTICA RIDUZIONE DEGLI ESTROGENI, i fibroblasti non riescono più a sostenere i tessuti e l'architettura cutanea si impoverisce. Per stimolarla, cambiare ciclicamente i prodotti di skincare aiuta a mantenere alto il metabolismo. Un esempio? Nell'arco della settimana, alterna tre diverse maschere: rassodante, idratante e detox. Per la routine quotidiana, usa creme e sieri specifici per la menopausa che, oltre ai principi attivi idratanti e antiossidanti (polifenoli e vitamine), contengano anche sostanze ridensificanti ed elasticizzanti. «Gli ingredienti amici sono i fitoestrogeni (come quelli della soia), il calcio (che sprona il metabolismo cutaneo), i burri vegetali antiaridità e i peptidi che stimolano collagene ed elastina» consiglia la dermatologa Bucci. Fondamentali poi le formule con ingredienti che uniformano e mimimizzano le macchie, come la niacinamide e il picnogenolo (un mix antiossidante estratto dalla corteccia del pino marittimo). Oltre alla classica e ben nota vitamina C.

