

L'invecchiamento cutaneo

L'invecchiamento: un meccanismo cellulare complesso

Il meccanismo naturale

I fattori esterni

Ad ogni età il suo problema specifico

Come prevenire la comparsa delle rughe?

L'invecchiamento: un meccanismo cellulare complesso

L'invecchiamento cutaneo può essere considerato in modi diversi. I dermatologi distinguono due tipi di invecchiamento cutaneo: l'invecchiamento intrinseco o cronologico – un processo genetico e ormonale – e l'invecchiamento estrinseco o foto-invecchiamento, provocato da fattori esterni come i raggi UV, il fumo o l'inquinamento.

Il meccanismo naturale dell'invecchiamento della pelle

È un fatto genetico, la nostra pelle invecchia. Scientificamente, questo meccanismo d'invecchiamento intrinseco è il risultato di una disorganizzazione della matrice cellulare, sia a livello del derma che dell'epidermide.

A livello dell'epidermide

L'epidermide è costituita per l'80% di cellule chiamate cheratinociti che si rinnovano costantemente. Queste cellule svolgono un ruolo essenziale in quanto assicurano il continuo rinnovamento dell'epidermide, che si conclude in media in 27 giorni. Con l'età, si verificano modificazioni più o meno profonde. Tra queste, i cheratinociti si riducono di dimensione e diminuiscono di numero. Il rinnovamento cellulare rallenta e la coesione tra il derma e l'epidermide si attenua.

Risultato: La pelle perde elasticità e si rilassa.

A livello del derma

Le fibre di collagene costituiscono il 70% delle fibre della pelle. Queste fibre sono prodotte dai fibroblasti e assicurano al derma tutta la sua compattezza. Così, il ruolo del collagene può essere paragonato a quello di una struttura di sostegno che preserva la resistenza dei tessuti. Nel corso degli anni, il derma, tessuto di sostegno della pelle, si indebolisce. Le fibre di collagene si degradano, il loro rinnovamento naturale diventa più difficoltoso, l'elastina perde elasticità. Il derma perde poco a poco la sua densità, si assottiglia e compaiono linee sottili e rughe.

«La compattezza, l'elasticità e la tonicità della pelle diminuiscono progressivamente con l'età. Questi cambiamenti hanno origine nella pelle e corrispondono ad una minore capacità delle cellule, in particolare, dei fibroblasti, di rigenerare le fibre di collagene e le molecole che costituiscono la matrice extracellulare.»

Dr Caroline Robert, dermatologa

Differenza tra una pelle giovane e una pelle matura

Pelle Giovane

L'epidermide è spessa e strutturata. La barriera lipidica tra le cellule funziona correttamente. A livello del derma, i fibroblasti sintetizzano le fibre di collagene e di elastina. Queste fibre sono numerose e dense e assolvono perfettamente la loro funzione di resistenza, di compattezza e di elasticità.

Pelle matura

L'epidermide si assottiglia e il rinnovamento cellulare diventa più lento. La barriera lipidica tra le cellule è insufficiente. Nel derma, i fibroblasti si ispessiscono e sintetizzano meno fibre. Le fibre sono meno numerose e di cattiva qualità, si verifica il cosiddetto degrado quali-quantitativo delle fibre di sostegno.

I fattori esterni: altri responsabili dell'invecchiamento della pelle

L'organismo ha il proprio sistema di difesa per neutralizzare i danni legati ai radicali liberi. Ma, con l'età, tale sistema diventa meno efficace. Le difficoltà della vita e le aggressioni ambientali indeboliscono questi meccanismi di autodifesa, la pelle diventa più vulnerabile e invecchia precocemente. Stress, stanchezza, errato stile di vita, inquinamento, raggi UV: sono aggressioni che stimolano la produzione dei radicali liberi, principali nemici della pelle e responsabili dello stress ossidativo.

L'invecchiamento detto estrinseco riduce al contempo il numero delle fibre di collagene e degrada la loro qualità. Provoca l'accumulo di fibre elastiche di cattiva qualità, riducendo così l'elasticità della pelle. Come l'invecchiamento intrinseco, rallenta la proliferazione delle cellule; riduce, infine, l'uniformità della pigmentazione, conferendo alla pelle un aspetto più spento e segnato. Tra le numerose cause dell'invecchiamento estrinseco:

Il sole

I raggi UV influiscono all'80% sull'invecchiamento della pelle. L'esposizione ripetuta al sole può, in effetti, aggravare e accelerare l'invecchiamento cutaneo. Alcuni di questi effetti sono immediatamente visibili, come le scottature (eritema) provocate in gran parte dai raggi UVB. I raggi UVA, invece, agiscono più in profondità, principalmente nel derma, dove le fibre di collagene e di elastina diventano più fragili, accentuando la perdita di densità ed il rilassamento cutaneo. Tale riduzione inizia verso i 20 anni ed è progressiva, si stima intorno all'1% ogni anno.

Lo stile di vita

Lo stress, l'inquinamento, poche ore di sonno e il fumo accelerano l'invecchiamento cutaneo. Giorno dopo giorno, queste aggressioni indeboliscono la pelle che diventa più sensibile ai radicali liberi, responsabili dei primi segni dell'età.

* Natural Moisturizing Factor

Ad ogni età il suo problema specifico

La struttura cellulare della pelle cambia progressivamente. I primi segni sono la perdita di compattezza e pori dilatati e dunque più visibili a causa delle ghiandole sebacee che raggiungono la loro dimensione massima intorno ai 30 anni.

I primi segni dell'età: rughette e rughe d'espressione

Dopo i 25 anni, la pelle diventa più sottile, più fragile e meno luminosa. Linee sottili e rughe di espressione sono le prime a fare la loro comparsa e si localizzano a livello della fronte e del contorno occhi ("zampe di gallina", spesso le prime a formarsi).

A partire dai 35-40 anni: le rughe si accentuano

Una pelle giovane si "increspa" ma riesce anche a tornare liscia. Col passare del tempo, le prime rughe si accentuano in modo deciso, la pelle perde elasticità e i segni ripetuti si stabilizzano e rimangono visibili in punti ben precisi: la fronte, intorno agli occhi, intorno alla bocca (solchi «nasogenieni») e sopra le labbra.

A partire dai 50 anni: una perdita di compattezza

A partire da una certa età, un semplice anti-rughe non basta, i segni del tempo si accentuano, il contorno del viso è meno definito, la pelle perde la sua compattezza. Questa perdita di compattezza si manifesta in diversi modi:

- la rigenerazione delle cellule è più difficoltosa,
- l'idratazione naturale della pelle è rallentata,
- l'epidermide si assottiglia e perde quindi elasticità.

Tutti questi segni visibili si accentuano intorno ai 50 anni e interessano tutto il corpo anche se alcune parti sono nettamente più colpite: contorno occhi, contorno bocca, mento, nuca e collo, décolletè, seno e braccia.

A partire dai 60 anni tutti i segni dell'età si accentuano

A quest'età, le rughe diventano più profonde fino a formare solchi profondi. La pelle perde compattezza, il colorito diventa spento, i tratti del viso meno armoniosi. Non si parla più solo di rughe profonde e ben marcate, ma di molteplici segni dell'età quali:

La secchezza cutanea

A livello dell'epidermide, si verifica una progressiva alterazione della funzione barriera della pelle. Di conseguenza si perdono maggiori quantità d'acqua provocando secchezza e quindi invecchiamento cutaneo. In superficie, la pelle diventa secca e ruvida, provocando sensazioni di disagio. La giunzione dermo-epidermica si appiattisce diminuendo gli scambi nutritivi e idratanti dal derma all'epidermide.

La pigmentazione irregolare

Quando la melanina è prodotta in modo costante e regolare, la pigmentazione della pelle è omogenea, ma con l'avanzare dell'età e con le aggressioni esterne questa produzione può alterarsi. Dopo i 60 anni, la pelle subisce trasformazioni che influenzano direttamente la formazione di macchie brune. L'epidermide subisce una perdita di spessore globale fino al 50%, il rinnovamento cellulare rallenta. Risultato: i melanociti, con elevata concentrazione di pigmenti scuri, sono più vicini alla superficie cutanea e, di conseguenza, più visibili.

È possibile prevenire la comparsa delle rughe?

L'invecchiamento cutaneo è ineluttabile, ma può essere rallentato. A questo scopo, è indispensabile seguire un corretto stile di vita:

Alimentazione equilibrata

Protezione solare durante l'esposizione

Se non è possibile agire sull'invecchiamento naturale, né evitare lo stress quotidiano, è tuttavia possibile agire sull'invecchiamento fotoindotto. E questo si ottiene applicando una corretta protezione solare e esponendosi al sole in modo responsabile.

Quantità di sonno sufficiente

Niente fumo e niente alcool

Come il sole, il fumo è un fattore d'invecchiamento cutaneo. Aumenta la produzione di radicali liberi e ciò altera i metabolismi cutanei. La pelle diventa spenta, grigiastra, si increspa di più, in particolare a livello della bocca e degli occhi. Smettere di fumare contribuisce a migliorare il benessere della pelle. Infine, è consigliato l'uso di prodotti formulati per ritardare o attenuare i segni del tempo sul viso. I prodotti cosmetici anti-rughe oggi offrono risultati eccellenti:

- Possono migliorare l'idratazione dello strato corneo e il rinnovamento cellulare.
- Aiutano a stimolare i fibroblasti nella loro sintesi di collagene, di elastina, di proteoglicani e di glicoproteine.

RoC® vi propone di scoprire una gamma completa di prodotti efficaci per combattere i segni cutanei d'invecchiamento in ogni fase.

Primi segni dell'età: Rides Filler

Rughe profonde: Retin-Ox™

Rilassamento cutaneo: CompleteLift

Segni molteplici dell'età: Retin-Ox Multi-Correxion™