

# Approccio globale all'antiaging

Autore: Dr.ssa Clara **RIGO**

*Specialista in Dermatologia e*

*Dermocosmetologia*

Verona 045.8300334

Milano 320.1106247

[www.chirurgiadermatologiaestetica.it](http://www.chirurgiadermatologiaestetica.it)

[info@chirurgiadermatologiaestetica.it](mailto:info@chirurgiadermatologiaestetica.it)

## **Sinergia tra trattamenti estetici filler, peeling, laser, interventi chirurgici e supplementazione con nutraceutici**

L'invecchiamento facciale è dovuto all'atrofia e al rimaneggiamento di tutti i tessuti: osso, muscolo, tessuto adiposo a cui si assommano le alterazioni vascolari del microcircolo, ma anche e soprattutto quelle a carico del tessuto connettivo con collasso della trama dermica e conseguente caduta, anche per effetto della gravità, del derma e dell'epidermide strettamente annessa.

Sappiamo che c'è un orologio biologico "cronoaging" e che riportare indietro queste lancette è praticamente impossibile, anche se ultimamente si possono contenere i danni, e un invecchiamento indotto "photoaging" dovuto alle innumerevoli cause ambientali a cui siamo quotidianamente sottoposti: esposizioni solari, raggi uVA, uVB, infrarossi, freddo, vento, umidità, inquinamento ambientale, prodotti di combustione e altri fattori a cui non tutti o comunque in

maniera diversa, siamo sottoposti come l'obesità o i dimagramenti, il fumo, l'eccesso di trucco, lo stress psicologico e quello ossidativo, presenza di eventuali malattie.

Ricordiamo brevemente i principali segni di invecchiamento:

- assottigliamento dell'epidermide;
- secchezza o eccessiva seborrea;
- disidratazione, per minor capacità dei tessuti di trattenere acqua;
- modificazioni della melanina con comparsa di macchie, fino alle cheratosi (macchie scure, ispessite per lo più presenti su viso, collo, décolletè);
- perdita di elasticità per usura delle fibre collagene ed elastiche;
- alterazioni del colorito che diventa grigio, giallognolo;
- alterazioni della parete capillare dei vasi, in particolare di quelli dermici;
- incanutimento di peli e capelli.

Tenendo presente poi questi tre concetti:

- A) L'invecchiamento cutaneo non si può considerare una vera e propria malattia, bensì "un'insufficienza". L'organismo da solo non riesce più a compensare i deficit che si creano mano a mano che passano gli anni;
- B) L'aumento medio della durata della vita e l'esigenza di un look sempre brillante hanno fatto riscoprire la

pelle come organo di relazione molto importante, che deve essere mantenuto nelle migliori condizioni fino alla più tarda età;

- C) si è molto più propensi a pensare che problemi di insicurezza per un inestetismo mal accettato siano retaggio di un'età adolescenziale, molto meno si considera il cambiamento della propria autostima in rapporto alle modificazioni apportate al fisico e alla cute dall'invecchiamento.

Anche a fronte del fatto che persone confrontandosi tra loro per età, sesso, condizioni sociali, stile di vita e via dicendo, si trovano molte volte fisicamente parecchio diverse tra loro.

Osservazione che fa scaturire un'inevitabile domanda: ma allora c'è "chi invecchia e chi no"?

E di conseguenza ci ritroviamo a chiederci, magari incontrando un vecchio compagno di scuola che non si vede da molti anni o una persona che ha la nostra stessa età, perché mai appaia molto più giovane o viceversa molto più vecchia.

Sappiamo con certezza che la parte del leone la fa la genetica, ma si può intervenire almeno modulando i fenomeni di degrado legati allo scorrere degli anni e chi è in gamba nel farlo,

prima che tutto diventi inevitabile e cominci a sanare in tempo le prime crepe, sicuramente si ritroverà negli anni dopo con dei vantaggi visibili sui suoi coetanei.

La gente è sempre più propensa a questo concetto di "modulare" e ricerca, a torto e a ragione, sempre più le tecniche minimamente invasive.

Occorre un'attenta valutazione globale dell' invecchiamento e lo specialista a cui ci si rivolge deve essere in grado di:

- 1) stabilire il tipo e il grado di difetto estetico presentato;
- 2) suggerire le terapie sia mediche, sia chirurgiche più adatte al paziente in questione;
- 3) fare una prescrizione ottimale dermocosmetica per mantenere nel

tempo i risultati raggiunti e anche l'eventuale profilassi per non ricadere più in quel problema.

Tra i rimedi si può ricorrere a più procedure singole, ma per lo più oggi si propone un pacchetto di trattamenti combinati, infatti si è visto che l'unione fa la forza.

Si ottiene così un risultato più soddisfacente sul piano clinico, ma soprattutto più duraturo nel tempo.

In quest'ottica non bisogna trascurare nulla, insieme al paziente, una volta suggerita la terapia più adatta si potrà decidere, anche in base alle sue richieste, che cosa è più opportuno fare.

Riporto di seguito un elenco delle possibilità terapeutiche:

- terapia topica medica con ottime

preparazioni dermocosmetiche preoccupandosi del ciclo completo dalla deterzione alla reidratazione, fino a prescrizioni di terapie molto più mirate in presenza di inestetismi particolari o di malattie cutanee od eventualmente sistemiche;

- utilizzo di mezzi chimici, come i peeling;
- tecniche di riempimento e rivitalizzazione, uso dei filler;
- tecniche di rilasciamento della muscolatura, mediante microiniezioni di botulino;
- bioristrutturazione con mezzi fisici, uso dei vari tipi di laser a fonti di energie diverse: diodo, infrarosso, luce pulsata, CO<sub>2</sub>, radiofrequenza, frazionati etc.
- interventi chirurgici per riposizionare



i piani cutanei prolassati o difetti già preesistenti mediante lifting, blefaroplastica, browlift, otoplastica e via dicendo;

- correzione dei deficit e delle anomalie acquisite di struttura della cute con opportuna integrazione mirata ad ogni singolo caso clinico, mediante somministrazione di nutraceutici, proteine o altro e correzione degli errori alimentari.

Dei peeling ci sono parecchie molecole con vari effetti sull'epidermide, ma mi voglio soffermare sul peeling all'acido retinico o meglio al Retinil-palmitato, perchè i retinoidi sono gli unici con vero potere ristrutturante dermico.

Utilizzati da molti anni, sotto forma di creme o gel, per trattare disordini della pelle come l'acne, la cute fotodanneggiata e come prevenzione e modulazione nei tumori cutanei, applicati sulla cute stimolano le cellule ad accrescersi e a morire rapidamente, in modo che nuove cellule rimpiazzano quelle delle lesioni.

L'aumentato turnover previene la formazione di nuove alterazioni, con questo meccanismo si riducono le rughe, le macchie pigmentarie, la pelle ruvida spessa, ipercheratosica dovuta al fotodanneggiamento, ed anche le lesioni d'acne.

L'applicazione topica di Retinil-Palmitato induce una specie di ristrutturazione cutanea con un migliorato trofismo dell'epidermide.

Da studi effettuati, si è visto che dopo tre mesi di applicazione sulla cute di donne, si è avuto un aumento del rassodamento e dell'elasticità, in genere questi risultati portano ad un effettivo aumento nel contenuto di proteine e collagene, che sono le vere strutture di sostegno del derma. Nel peeling in questione è inoltre pre-

sente un veicolo lipofilo senza acqua, olio di Emù, ricco in acidi grassi omega3, omega6, ceramidi, squalene, in grado di trasferire in profondità le sostanze attive.

Gli stessi acidi grassi favoriscono inoltre un'azione levigante, trofica, sebostatica e antinfiammatoria, la formula è priva di conservanti chimici. Un importante parametro da tenere sotto controllo è l'idratazione profonda. Va ripristinata ad esempio dopo un peeling di profondità medio-superficiale e mantenuta nel tempo perchè qualsiasi trattamento possa durare più a lungo.

Con gli anni, in seguito a stress vari, diminuisce drasticamente la capacità interna o endogena dell'organismo di produrre acido ialuronico e quella di trattenere l'acqua nei tessuti.

Uno dei componenti principali di una buona biostimolazione è l'acido ialuronico che con il suo alto peso molecolare richiama grandi quantità d'acqua, come una spugna naturale.

La barriera epidermica è un ottimo ostacolo alla penetrazione profonda di sostanze applicate sulla sua superficie, per questo si utilizzano iniezioni nel derma superficiale a microgocce, una seduta alla settimana per 4-5 applicazioni, un ciclo 2 volte l'anno o ogni volta che la cute ha subito un evento stressante.

Con la cute così preparata si può passare al trattamento delle cosiddette "rughe" con i riempitivi detti: "dermal-filler", cioè con l'utilizzo delle microiniezioni nei segni del volto.

Per un effetto a tutto spessore occorre anche l'azione sulla componente dermica, questo per lo più oggi si ottiene con l'utilizzo di apparecchiature non ablative a varie fonti di energia. Molto utile la Radiofrequenza bipolare combinata alle altre fonti dal diodo,

alla luce pulsata, all'infrarosso, dove l'emissione contemporanea delle due energie crea un effetto sinergico fra le due e permette di utilizzare i livelli minimi di entrambe, per ridurre fino all'azzeramento gli effetti collaterali tipo: vescicole, noduli, ustioni che si hanno viceversa con l'utilizzo di una sola fonte, garantendo la possibilità di trattare tutte le pelli dalla chiara alla scura.

Un altro sistema molto efficace e diverso dal precedente è il laser Fraxel che appunto serve per ottenere in modo sicuro e prevedibile il ringiovanimento cutaneo con una convalescenza minima.

E' particolarmente indicato nel trattamento di zone come il viso, il collo, il décolleté e le mani, ma si può usare in qualsiasi zona del corpo.

Con questo sistema si creano all'interno della cute migliaia di minuscoli buchini corrispondenti a zone di microcoagulazione termica, adiacenti a zone di tessuto sano che rimane indenne, cioè non trattato.

Queste ultime provocano una veloce guarigione delle aree adiacenti trattate, in modo che il tessuto vecchio e usurato venga sostituito da uno nuovo, sano e privo di imperfezioni.

Il trattamento è ben sopportato anche dagli uomini di tutte le età, che si vedono senza troppo impegno un bel viso rinfrescato, luminoso e con i difetti attenuati.

Se l'invecchiamento è globale o anche parziale cioè localizzato agli occhi, al sopraciglio, allo zigomo, alla mandibola occorre valutare attentamente un riposizionamento dei piani dislocati con tecniche chirurgiche, cui eventualmente si possono abbinare prima o dopo quelle dermocosmetologiche.

Proprio per un effetto a 360 gradi

bisogna preoccuparsi anche delle alterazioni del microcircolo, dei cedimenti della muscolatura e del derma, dei radicali liberi, di stimolare la capacità dell'organismo a rigenerare e della buona cicatrizzazione delle ferite.

Molto di questo dipende da una corretta alimentazione e da una buona integrazione.

I cibi che noi introduciamo vengono scomposti in elementi, da cui partono innumerevoli e tanto diverse reazioni chimiche che si verificano innescate da questo microelemento, o vitamina, o enzima od ormone, che nemmeno minimamente possiamo immaginare. Le proteine svolgono un ruolo biologico fondamentale e insostituibile, sono molecole composte di aminoacidi, che sono sempre gli stessi 20, legati in sequenze diverse a formare catene molto diverse per struttura e per funzioni biologiche. Enorme è il potenziale di associazione, dando origine a più di 50000 proteine diverse.

La pelle è un tessuto connettivo-epiteliale costituito da un epitelio di rivestimento, l'epidermide e da tessuto connettivo di sostegno, il derma e ancora uno di riserva, l'ipoderma. Proprio per la preponderante componente connettivale, la cute è molto ricca di proteine e di più il tessuto dermico in cui, il collagene è la principale proteina fibrosa che conferisce alla cute le sue proprietà plastiche, strutturali e ne determina la tipica resistenza e turgidità.

Il collagene, così come le altre proteine dermiche sono i componenti fondamentali della cute e come tutte le proteine vanno incontro a biosintesi all'interno dei fibroblasti e a demolizione sempre all'interno delle stesse cellule, demolate anche dall'intervento degli enzimi.

Da qui si capisce l'importanza dell'apporto proteico con l'alimentazione per ricostituire il tessuto dermo-connettivale della pelle, senza il quale nessun intervento di natura estetica, compresa la chirurgia può essere utile ed efficace nel tentativo di migliorare i segni dell'invecchiamento o per migliorare l'aspetto e la consistenza della pelle.

La supplementazione proteica o la dieta iperproteica, a cicli e sotto indicazione medica, rappresentano un momento imprescindibile di qualsiasi intervento di natura medico-estetica o chirurgica, infatti la cute deve poter disporre dei "mattoni" indispensabili per mantenere integro il tessuto dermo-connettivale e i vasi sanguigni e per sostenere la cicatrizzazione tissutale successiva agli interventi e ai trattamenti cosmetici.

Proprio i vasi sanguigni, la cui parete endoteliale è costituita in modo preponderante di proteine, risultano par-

ticolarmente coinvolti nei processi di invecchiamento in generale, della cute in particolare con riduzione del microcircolo e notevole riduzione dell'irrorazione sanguigna arteriosa. Lo stesso per mantenere l'equilibrio deve far in modo che nuovi vasi sostituiscano quelli vecchi, proprio per questa ragione la corretta introduzione di proteine ad elevato valore biologico (carne bovina, uova, latte) consente di mantenere integra la struttura connettivo-epiteliale della cute, ma soprattutto dei vasi sanguigni garantendone l'efficienza e di conseguenza il corretto afflusso di ossigeno e nutrienti alla pelle.

Con l'utilizzo opportuno di antiossidanti e vitamine si può rinforzare poi il quadro della prevenzione dell'aging. Con questi mezzi a disposizione si possono "modulare" gli inevitabili processi involutivi, in modo che l'invecchiamento un giorno non ci sorprenda senza lasciarci possibilità di replica!

