



belle e protette

La pelle delicata delle mani è molto simile a quella del collo e del décolleté. E come tale ha bisogno di cure mirate

Le mani hanno bisogno di trattamenti quotidiani per mantenere un aspetto giovane e curato. Non basta la manicure. Con i cosmetici quotidiani che proteggono dal sole, dal vento e dalla disidratazione si previene anche la formazione di macchie e la perdita di morbidezza. Con i trattamenti medici è possibile restituire loro carnosità, cancellare le discromie, distendere la cute e molto di più.

Perché invecchiano

Quasi priva di ghiandole sebacee la pelle del dorso delle mani si disidrata facilmente e tende a perdere col tempo il naturale strato di grasso sottocutaneo che le rende morbide e "piene". Appare meno tesa e segnata da un reticolato di rughe: questo è il crono-invecchiamento, legato al trascorrere del tempo. Anche il sole influisce: le macchie, la disidratazione e la perdita di elasticità sono dovuti all'azione dei raggi Uv, cioè al foto-invecchiamento. Stress cutaneo legato all'uso delle mani e la scarsa cura accelerano la comparsa dei segni.

DAY BY DAY, SEMPRE CURATE

L'operazione più immediata e più semplice da fare è prestare le dovute cure a questa parte del corpo che così spesso è in primo piano. Con i prodotti, con le cure fai da te e l'aiuto dell'estetista. La cura cosmetica rappresenta la prevenzione da giovani e l'ausilio alle cure più specifiche dai 40 anni in su. Ma deve essere costante.

la crema

La cosa più semplice, e che in fondo non costa troppa fatica è applicare la crema sempre. Almeno dopo essersi lavate le mani (e la scelta del sapone è anche importante). Poi prima di andare a letto. E prima di uscire, soprattutto se fa freddo. Nei bagni della hall di alcuni hotel di lusso per esempio, accanto al dispenser per il sapone, c'è anche quello della crema idratante.

OLTRE LA PREVENZIONE

Il semplice gesto di massaggiare il cosmetico giusto sulle mani è effettivamente un ottimo metodo per preservarne la bellezza, la morbidezza e tenerle in ordine il più possibile, per rallentare il crono e fotoinvecchiamento: ispessimento della pelle, rughe, discromie, cheratosi. Già a partire dai 20 anni, come prevenzione. Poi come mantenimento e cura di bellezza vera e propria.

Ognuna sceglie la crema mani che preferisce per texture, profumazione, assorbibilità ma un accorgimento in più



può essere quello di sceglierne una con filtri Uv da usare quando si esce di casa e da tenere in borsa. Mentre una più ricca può essere lasciata sul comodino, da applicare prima di andare a letto. Periodicamente si può ricorrere a uno scrub specifico per le mani. In profumeria ne esistono di molto particolari dedicati alle mani (e ai piedi) che al momento del massaggio sviluppano calore: così mentre i granellini levigano bene la pelle ed eliminano eventuali ispessimenti, il calore apre i pori e lascia penetrare i principi attivi idratanti, nutrienti e antiage contenuti nella formulazione. La sensazione è piacevole e il risultato morbidezza garantito. Subito dopo lo scrub, da ripetere ogni settimana o 14 giorni, applicare una crema nutriente.



SPECIALITÀ AD HOC

Contiene un Spf15 ed è adatta alla prevenzione del foto-invecchiamento la crema AEF Anti-macchia Intensiva Mani di Pupa con effetto schiarente (profumeria 19,70 euro). Un esfoliante delicato dalla formula cremosa "effetto calore", si riscalda a contatto con la pelle: è Warming Hand

& Foot Scrub, della linea Green Tea Revitalize di Elizabeth Arden (profumeria, 20 euro). Una formula vincente non si cambia: la classica Nivea Creme rende le mani morbide e le protegge dal freddo. In edizione speciale per San Valentino (grande distribuzione, 3,37 euro).

la manicure

La manicure, se le mani sono morbide e idratate, serve soltanto per regolare la lunghezza delle unghie e sistemare le pellicine. E, volendo, per applicare il colore. Può essere fatta a casa con una cadenza settimanale così da "mantenere" il risultato, o dall'estetista, spesso con risultati più duraturi. Alternare la manicure professionale con alcune sedute "fai da te" è la soluzione migliore.

A CASA

Per una manicure eseguita come si deve è indispensabile avere alcuni strumenti: lima di cartone, tronchesina/forbicine, vaschetta per tenere le dita in acqua calda, bastoncino di legno per spingere le pellicine, acetone, base, smalto. Ci sono poi alcuni oggetti che rendono quasi professionale il risultato, come la gomma lucidante per le unghie, il prodotto emolliente per le cuticole da applicare e massaggiare prima di immergere le dita in acqua. Prima si regola la lunghezza e la forma: solo con la lima se si tratta pochi millimetri, altrimenti prima si tagliano. Si applica una crema sulle cuticole o il prodotto specifico e si immergono le dita in acqua tiepida/calda per qualche minuto. Quando le pellicine sono ammorbidite possono essere spinte verso l'attaccatura con il bastoncino apposito. Se sono troppe si tagliano. Si massaggia la crema idratante. Se si possiede una lima lucidante si può passare sulle unghie per renderle più brillanti. Altrimenti si stende lo smalto a partire dalla base trasparente.



Della nuova collezione Shine Tech Scarabée gli smalti di Deborah Milano nelle nuance perla effetto metallico a triplo riflesso Scarabée Green e Sunset Highlights (profumeria 7,80 euro).

Blu Lamé Mat e Melograno Lacca le nuance moda dei due smalti Collistar, collezione Carisma, per mani perfette in ogni situazione (profumeria, 12,50 euro).



il massaggio speciale

Un classico trattamento invernale proposto nei centri estetici per le mani è quello alla paraffina calda, per ammorbidire, proteggere, lenire le screpolature e stimolare la circolazione. Dopo uno scrub, si immergono le mani in un bagno di paraffina calda e poi si lascia in posa per alcuni minuti. Alternativa antiage e schiarente è il trattamento alla vitamina C: sempre dopo uno scrub l'estetista applica una maschera alla vitamina C pura e lascia in posa per 10 minuti.

Smalto semipermanente

Da qualche anno esistono gli smalti semipermanenti, una proposta a metà strada tra la ricostruzione e lo smalto semplice. L'estetista prepara le unghie e applica lo speciale smalto scelto nella colorazione desiderata. L'asciugatura sotto la lampada Uv fissa lo strato di smalto che avrà l'aspetto di uno smalto comune ma rimarrà brillante e perfetto per più di due settimane. Può essere rimosso soltanto dall'estetista. Si può giocare anche con abbinamenti di colore per realizzare french manicure attuali e in accordo con il proprio stile. Per non indebolire le unghie però è importante lasciarle anche un po' al naturale.

DALL'ESTETISTA

I TRATTAMENTI CHE RINGIOVANISCONO

DAL MEDICO

Quando la prevenzione non c'è stata o non è stata sufficiente, quando sono comparse le macchie e la pelle non è più levigata, è possibile ricorrere alle terapie mediche. Peeling e laser consentono di schiarire le macchie e in alcuni casi, cancellarle. In più ringiovaniscono la pelle che quindi risulterà anche più tonica ed elastica. Il periodo ideale per sottoporsi a questi trattamenti è l'inverno, quando l'esposizione al sole è minima. Se poi la mano ha perso morbidezza si può dare un plus di idratazione e, con il filler giusto, rimpolparla.



via le macchie

Il peeling più adatto al trattamento delle macchie delle mani è quello a base di acido tricloroacetico. Il medico lo applica solo sulle macchie, lo lascia agire e lo neutralizza. Nei giorni successivi si verifica una esfoliazione della pelle in quel punto: la macchia affiorando in superficie viene eliminata. Generalmente sono necessarie una o 2 sedute a distanza di 30 giorni.

Anche con la luce pulsata IPL (intensed pulsed light), dal medico, è possibile trattare efficacemente le macchie cutanee delle mani; le migliori apparecchiature medicali lavorano con una lunghezza d'onda da 500nm a 670nm e da 870nm a 1440nm. Il funzionamento si basa sul riscaldamento selettivo dei melanociti e conseguente danno fototermico. Può essere eseguito sia sulle macchie scure che su quelle chiare, anche se sulle prime ha un effetto migliore e più veloce (in genere basta una seduta per le prime, due-tre per le seconde).

I COSTI: una seduta di questo peeling costa circa 250 euro. Per il trattamento con luce pulsata si va da 150 euro a 500 euro a seduta.

Subito più giovani senza discromie e con la pelle liscia

RIGENERAZIONE GLOBALE

Adatto a un ringiovanimento globale è un nuovo peeling medio superficiale specifico per il dorso delle mani che sfrutta la combinazione di due acidi: acido tricloroacetico al 20% e acido lattico al 10%. Non è aggressivo, stimola il ricambio epidermico, elimina gradualmente le discromie e il photoaging, migliora la texture e la levigatezza. Si basa su un sistema che allo stesso tempo limita il trauma superficiale dovuto agli acidi e rende più efficiente il processo di rinnovamento dell'epidermide e del derma. Sono da prevedere da 3 a 5 sedute circa.

Per il fotoringiovanimento delle mani si utilizza anche il laser frazionato non ablativo 1.440nm. Questo laser lavora sull'acqua contenuta nelle cellule e non sulla melanina quindi ha poco effetto sulle discromie. Andando a stimolare la naturale rigenerazione cutanea ha però un forte effetto liftante e migliorativo per quel che riguarda l'elasticità, la densità e la luminosità della pelle. Occorrono da 2 a 4 sedute, una al mese, avendo l'accortezza di non esporsi al sole per 5 giorni prima e dopo la procedura.

I COSTI: questo peeling costa circa 150 euro a seduta. Il trattamento con laser frazionato costa da 200 euro a 350 euro a seduta.



per ammorbidirle

DAL MEDICO

Per migliorare la morbidezza delle mani e avere una maggiore tonicità e compattezza cutanea si eseguono microiniezioni intradermiche di skinbooster, gel fluido di acido ialuronico Nasha (Non-Animal Stabilized Hyaluronic Acid), che permettono l'aumento dell'idratazione profonda del derma, creando così, un equilibrio idro-dinamico nella pelle.

È possibile migliorare lo spessore cutaneo e rendere i tendini e le vene meno evidenti

Solo in caso di mani particolarmente scarse e vuote il medico può proporre il ritocco con un filler. Oggi il riempimento di tutto il dorso delle mani viene eseguito con una micro-cannula flessibile e non appuntita che garantisce una minore traumaticità e soprattutto riduce il dolore e il rischio di ematomi. La quantità di acido ialuronico utilizzato varia in base alle necessità e da questa dipende il costo del trattamento.

I COSTI: per il trattamento skinbooster si va da 200 euro a 350 euro, mentre per il filler si parte da 350 euro.

Gli abbinamenti

Per migliorare la morbidezza e la qualità della pelle delle mani e al tempo stesso eliminare i segni legati al fotoinvecchiamento si può anche ricorrere a trattamenti combinati.

OSSIGENO + CO2

Un abbinamento particolarmente efficace per il ringiovanimento della pelle delle mani è quello che associa sedute di carbossiterapia, ottima per il ringiovanimento cutaneo, alternata a sedute di infusione di ossigeno. La carbossiterapia

consiste in microiniezioni di anidride carbonica medicale. È una metodica preventiva e curativa che riattiva la circolazione nelle zone di cute che hanno perso elasticità e vitalità, richiama ossigeno nelle cellule, stimola la rigenerazione cellulare, migliora visibilmente il turgore e la qualità della pelle. L'infusione di ossigeno è un trattamento medico-estetico non invasivo. Ha come obiettivo, la veicolazione di ossigeno molecolare ad alta pressione, negli strati cutanei vitali

al fine di aumentarne l'idratazione, il tono, la densità cutanea e la luminosità, in maniera dolce, efficace oltre che indolore (non prevede iniezioni). Facilita il rapido assorbimento nella pelle degli ingredienti chiave, cioè principi attivi totalmente naturali e privi di conservanti oltre che estratti fitoceutici, capaci di migliorare la qualità della cute. Il tutto è proposto in un protocollo combinato, con sedute mensili che partono da 200 euro. Il numero di sedute viene stabilito di volta in volta dal medico.

PEELING + SKINBOOSTER

Altro abbinamento molto efficace è quello di peeling e skinbooster di gel fluido di acido ialuronico Nasha. In questo modo le mani ricevono un vero e proprio restyling, sotto tutti i punti di vista. Anche per questo trattamento esiste un vero e proprio protocollo: una seduta al mese per tre volte di entrambi i trattamenti. Il tutto può essere ripetuto due volte l'anno. Il costo di ciascuna seduta (durante la quale si ricevono entrambi i trattamenti) parte da 400 euro.