



## OBIETTIVO MANI, LA CURA INIZIA IN INVERNO

Le mani possono dire molto. Sono il principale strumento di comunicazione, anche adesso che non è possibile dare la tradizionale "stretta", e ci aiutano a esprimerci. Talvolta curate fin nei minimi dettagli, altre volte screpolate in balia di vento e sole. Sono però un'importante cartina di tornasole dei nostri stili di vita, delle nostre attività e dell'incedere del tempo. Tra mascherine e distanziamento, sono anche uno dei pochi lembi di pelle che rimangono scoperti in inverno, quando non si portano i guanti.

Per mantenerle giovani talvolta non bastano le consuete accortezze, ma è necessario agire più in profondità. Il cosiddetto processo di "scheletrizzazione" è il principale indicatore del passare degli anni: le mani si presentano più rugose, più vuote; si assottigliano i tessuti molli e vengono in evidenza le vene e le strutture tendinee. Non solo, tendono a presentare delle macchie: queste possono dipendere dalla propria struttura genetica, ma anche dall'esposizione al sole. Infatti, spesso non ci preoccupiamo di proteggerle dai raggi ultravioletti. La conseguenza è nella comparsa di macchie più o meno intense, dalle dimensioni variabili, che rappresentano un importante inestetismo.

I trattamenti danno risultati consolidati nell'arco di alcuni mesi. Iniziare oggi significa quindi prepararsi ad avere mani più giovani e in buona salute la prossima estate. Ad esempio, per contrastare le macchie, il trattamento prediletto è quello con luce pulsata che permette nell'arco di poche sedute di intervenire sul pigmento e "polverizzarlo"; scompa-

rirà attraverso una leggera desquamazione. Per le situazioni più severe – che possono degenerare nella cheratosi – più indicato è l'uso di laser specifici che agiscono in profondità cancellando la parte più scura. In entrambi i casi non è richiesto alcun periodo di convalescenza ed è possibile tornare subito alle proprie attività quotidiane.

Per contrastare l'invecchiamento delle mani, cambia l'approccio. Parliamo di acido ialuronico. Dovendo ripristinare non solo volumi persi, ma anche elasticità, l'acido ialuronico ci dà la garanzia di un'azione efficace e assolutamente soft. Viene somministrato con una minuscola cannula così da risultare non invasivo e senza effetti collaterali. Per attenuare le rughe, è indicato il ricorso a rivitalizzanti. Quindi, sempre acido ialuronico, ma in una composizione differente. Un leggero peeling può inoltre aiutare nel ristrutturare la pelle e renderla liscia e uniforme, ma può anche essere una valida soluzione di mantenimento e di protezione.

In tutto questo, non devono mancare però le consuete accortezze da adottare: una beauty routine che faccia attenzione agli aspetti di idratazione e protezione solare è fondamentale. E, in un periodo come questo, che ci chiede di sanificarci le mani spesso, meglio preferire il sapone ai gel a base alcolica. I gel sanificanti tendono a rovinare la barriera cutanea delle nostre mani: aiutiamole a proteggersi quindi facendo ricorso a sieri specifici e, vista la stagione, ricordiamoci che l'uso dei guanti per tenerle al caldo fa sempre bene.