



Milano, 19 ottobre 2021 - È l'ingrediente cosmetico più amato dalle Star, è il protagonista della skincare routine di numerose donne e si trova all'interno di molti prodotti beauty. Si tratta del retinolo, la forma alcolica della vitamina A, che grazie alle sue caratteristiche esfolianti, illuminanti e soprattutto anti-age si conferma un ottimo alleato contro l'invecchiamento.

La dott.ssa Alessandra Vasselli, cosmetologa AIDECO (Associazione Italiana Dermatologia e Cosmetologia) presenta una panoramica sul retinolo, tra benefici, effetti indesiderati e uso cosmetico.



*Dott.ssa Alessandra Vasselli*

### **Retinolo, retinoide o acido retinoico?**

“Nel tempo si è creata molta confusione tra i termini “retinoide”, “retinolo”, “acido retinoico”: pur avendo una derivazione comune, non sono semplicemente modi diversi per definire la stessa sostanza, ma piuttosto sono composti che possiedono caratteristiche considerevolmente diverse, sia per struttura, che per attività, che per livello di tollerabilità”, afferma la Dott.ssa Vasselli.

“Va subito chiarito che il retinolo è una sostanza ad uso cosmetico, mentre l’acido retinoico (ed altri retinoidi) sono sostanze ad attività farmacologica e possono per questo essere contenuti solo ed esclusivamente nei farmaci, sotto prescrizione medica. L’acido retinoico è particolarmente attivo sugli epitelii dell’organismo, in particolar modo quello cutaneo e sull’attività della secrezione della ghiandola sebacea (acne e seborrea). Il retinolo controlla la crescita ed il ricambio cellulare dell’epidermide ed è fondamentale per la funzionalità che svolge sulle cellule del derma”.

“Per tali motivi il retinolo viene molto utilizzato in cosmetica soprattutto nell’ambito del foto-invecchiamento per stimolare la rigenerazione della pelle e quindi diminuire le micro rugosità, migliorare l’idratazione, il tono cutaneo e conferire luminosità all’incarnato”.

### **Benefici**

“Quando si applica sulla pelle un cosmetico con il retinolo, si attiva un meccanismo di trasformazione: durante il processo di metabolizzazione gli enzimi della pelle tendono a convertire il retinolo in acido retinoico; quando questo avviene si può riscontrare una certa efficacia “antiaging”. Questo meccanismo non è istantaneo e tale conversione richiede tempo”, spiega la cosmetologa AIDECO.

“Lo stimolo dei retinoidi comporta un’accelerazione del ricambio cellulare epidermico, meccanismo attraverso il quale lo strato corneo si riduce, lo strato basale inferiore si “rivitalizza”, con miglioramento anche dei componenti dermici. Il risultato è che le microrugosità e le macchie tendono a ridursi, migliorano idratazione e “tono” della pelle, il colorito della carnagione appare più omogeneo e luminoso”.

### **Tipi di pelle e effetti indesiderati**

“Trattamenti cosmetici a base di retinolo sono adatti alle più comuni tipologie cutanee che mostrano i principali segni del crono e foto-invecchiamento: ispessimento cutaneo, ipercromie, micro e macro rugosità, atonia con decadimento del terzo inferiore del viso, collo e décolleté”, espone Alessandra Vasselli.

“Piccole accortezze andrebbero poste in caso di pelli particolarmente sensibili, dove l’utilizzo deve essere modulato e graduale nel corso del tempo, è opportuno evitare l’uso di cosmetici contenenti retinolo laddove sono riconosciute allergie e sensibilizzazioni al retinolo e bisognerebbe evitare l’applicazione immediatamente dopo aver effettuato trattamenti medico-estetici quali laser e peeling”.

“Durante tutto il periodo di trattamento con retinolo è necessario utilizzare durante il giorno un fattore di protezione solare possibilmente ad alta protezione, da un lato al fine di preservare i benefici anti-age ottenuti, ma soprattutto al fine di evitare possibili foto-sensibilizzazioni determinate dall’interazioni con i raggi UVA ed UVB”.

### **Retinolo e beauty routine**

“I prodotti cosmetici contenenti derivati della Vitamina A, vanno dunque usati preferibilmente nelle ore notturne (ad esempio crema notte) e se utilizzati di giorno meglio applicare successivamente prodotti di protezione solare con SPF medio/alto su pelle normalmente foto-esposta (come quella del viso o delle mani). Soprattutto per le pelli sensibili o molto sensibili è consigliabile non applicarli nella zona del contorno periorbitale” conclude la dott.ssa Vasselli di AIDECO.