

LE NUOVE FRONTIERE DELLA RICERCA

Quanti pericoli in punta di dita

La cosmesi a protezione contro freddo, sole ed età
E la medicina estetica prende di mira macchie e rughe

di Giulia Ziino

Per Kimbra Hickey sono diventate una fortuna. Di lei, quarantenne modella americana, pochi conoscono il nome ma le sue mani, fotografate sulla copertina del super-bestseller *Twilight*, sono diventate un'icona per più

di 85 milioni di lettori. E ora Kimbra — che spera in un ruolo «a figura intera» nel prossimo film della saga — ha lanciato una linea di crema idratante.

Preziose come le sue ce ne sono poche ma le nostre mani meritano rispetto: esposte al freddo, al sole, a contatto con superfici non sempre immacolate, devono difendersi da assalti continui. E il risultato si vede: macchie brune, pelle disidratata e quell'aspetto «svuotato» che, tempo fa, ha riempito la Rete di foto di Madonna e Angelina Jolie che impugnano la borsetta con un inquietante «effetto artiglio».

«Una dieta non equilibrata, il sole, lo scarso uso di crema idratante sono alcuni tra i fattori che aggrediscono di più le nostre mani», spiega **Magda Belmontesi**, dermatologo, docente alla Scuola superiore di medicina estetica Agorà di Milano. A queste si è aggiunto anche l'uso di disinfettanti «da borsetta», comodi ma un po' aggressivi: «L'azione di queste sostanze impoverisce il film idrolipidico che difende la pelle: per questo, dopo averle usate, è meglio proteggere le mani con un filtro per i raggi Uva». Un accorgimento, questo, da tenere sempre a mente: «L'utilizzo sulle mani di creme idratanti con filtro 50 incorporato — continua Belmontesi — è indispensabile sempre, anche quando piove, perché rallenta il processo di invecchiamento e la ricomparsa delle

macchie brune». Le *lentigo*, uno degli inestetismi che maggiormente affliggono le nostre mani: «La loro comparsa è legata al fototipo, ossia al colore della pelle. In genere cominciano a comparire dopo i 45-50 anni, ma se si è fatto abuso di sole possono arrivare anche prima». Per toglierle si può ricorrere a un trattamento con la luce pulsata (fotodermoabrasione): «La lunghezza d'onda — spiega Belmontesi — "brucia" la parte macchiata della mano: bastano 2 sedute e non è doloroso. Dopo restano delle crosticine grigiaste che cadono nel giro di 10 giorni».

Per «rimpolpare», invece, la tecnica è diversa: «Se la mano è svuotata, avvizzita, una soluzione sono i filler Nasha (acido ialuronico non animale stabilizzato): con un ago cannula flessibile e sottile, che non ha la punta tagliente e dunque non provoca danni ai vasi sanguigni, l'acido ialuronico viene iniettato al livello del grasso sottocutaneo su tutto il dorso della mano. L'effetto dura in media 6 mesi». Il trattamento Hydrobalance, invece, idrata e ridona turgore: «Grazie al dispositivo injector si introduce nel derma fino a 200 volte la stessa microgoccia di 10 micron di acido ialuronico (3 sedute una volta al mese per tre volte)». L'effetto è di ringiovanimento. A questo si può abbinare Enerpeel Hand, un peeling — spiega Belmontesi — «creato apposta per agire sul dorso della mano, do-

ve la pelle è più ruvida, ma rispettandone l'azione barriera. Si utilizzano acido tricloroacetico al 20% e acido lattico che rinnovano la luminosità della pelle».

Ma qual è l'età giusta per dare volume alle mani svuotate? «La mano ad artiglio compare in genere intorno ai 40-45 anni — spiega Flavia Zanotti, professore a contratto al Master in Cosmetologia Università di Ferrara e direttore Ricerca e sviluppo di Pupa — ma in soggetti molto magri può presentarsi anche prima». Un aiuto viene dal volufiline, principio attivo estratto dalla gardenia asiatica. Un «ingrediente» nuovo per le mani, ma non per il seno: «La ricerca è partita tre anni e mezzo fa — continua Zanotti —: il volufiline aveva dimostrato di agire sugli adipociti, le cellule adipose, sollecitandole a immagazzinare grasso: a livello estetico questo si traduce in aumento di volume. Il primo risultato lo abbiamo ottenuto sul seno, agendo sugli adipociti intorno alle ghiandole mammarie». Da qui l'idea di provare l'effetto anche sulle mani: «Anche qui il tessuto adiposo ha la sua importanza e accanto al volufiline, che restituisce volume e turgore, la vitamina E e la provitamina C agiscono sulle microrughe e sul recupero di elasticità». I risultati, assicurano, si vedono già dopo un mese. Ma attenzione a non trascurare le mani: «Gli adipociti — avverte Zanotti — in media si svuotano nel giro di due mesi».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Ormai esistono rimedi anche contro «l'effetto artiglio» che affligge molte star

LA TRADIZIONE NELLA DANZA

L'alfabeto sinuoso
tra mudra e flamenco

✻ di Valeria Crippa

La bellezza delle mani nel Bharata Natyam, la danza indiana classica, non si ferma all'estetica, diventa veicolo di significati per trasmettere un'espressione, sottolineare un pensiero, rappresentare un movimento sonoro o un'immagine. «Dove vanno le mani — teorizzava Nandikesvara — lo sguardo le segue, dove va lo sguardo si dirige lo spirito, lì dove si posa lo spirito si manifesta uno stato d'animo, dove si intensifica lo stato d'animo nasce la gioia». La partecipazione attiva delle mani nella danza risale agli antichi riti vedici. «Le punte delle dita — spiega Nuria Sala Grau, docente del Dipartimento di musica extraeuropea al Conservatorio di Vicenza — sono dipinte di rosso per poter meglio imprimere visivamente il racconto poetico di significati simbolici. La danza dei gesti infonde vita ed

eleganza all'energia che si sprigiona dal corpo e dall'anima dell'artista, lasciando impronte nello spazio che attraversano». Le mani si esprimono attraverso un preciso codice di segni o «sigilli», le Mudra, che sono in relazione con l'espressione del volto, il movimento del corpo, il ritmo, la musica, il canto e la parola. Nell'antico testo ancora utilizzato dell'«Abhinaya Darpana» (cioè lo «specchio dei gesti») vengono illustrati ben 28 «Asamyuta Hasta», o gesti per una mano sola, e 24 «Samyuta Hasta», posizioni per entrambe le mani. «Ogni singola Mudra — prosegue Sala Grau — si moltiplica in un sottogruppo di varianti che trasmettono con lo stesso gesto concetti diversi a seconda di come viene eseguito nello spazio o rispetto alla posizione del corpo. Per preparare alle Mudra, viene sciolta e lavorata ogni articolazione delle dita.

L'obiettivo è giungere al "Rasa", lo stato in cui nell'arte indiana si "tinge" l'animo umano di emozioni che fanno vibrare».

Ciò che nell'antico Oriente viene distillato in un complesso linguaggio gestuale, in Occidente si trasforma in energia e passione nell'uso delle mani praticato nella danza spagnola, la cui primaria missione è adornare il ballo della donna dalla «cintura para arriba» (dalla vita in su)

nella parte del corpo più spirituale perché collegata al cielo. Nel flamenco, le mani insieme al bacino sono simbolo di femminilità e diventano prolungamento di braccia armoniose e incantatrici. «A un'occhio esperto basta osservare come una bailaora muove le mani per conoscere il suo livello tecnico — insegna Maria Rosaria Mottola, direttrice dell'Associazione Punto Flamenco e del Milano

Flamenco Festival —. Le mani vengono plasmate con esercizi che le rendono fluide: il riscaldamento ne scompone l'anatomia in polso, palmo, dita, falangi, attraverso rotazioni interne ed esterne praticate con pugno chiuso e poi dita che si congiungono tra medio e pollice per formare un occhio. Quindi si avvolgono le dita a ventaglio disegnando spirali. Lo smalto colorato sulle unghie è un accorgimento molto diffuso che aiuta a "sentire" meglio le mani». Nel flamenco le mani diventano un vero e proprio strumento musicale indispensabile alla danza, prima ancora della chitarra e del canto: «las palmas» si battono per ottenere diverse qualità del suono, «finas», «fuertes» e «secas», tenendo un palmo a 45 gradi sul palmo dell'altra mano con le dita chiuse, oppure «sordas», per un effetto felpato.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

I GESTI DEL POTERE



Per essere chiare A sinistra Emma Marcegaglia, a destra Angela Merkel





Vero linguaggio

Nella danza indiana le punte delle dita sono dipinte di rosso per imprimere visivamente il racconto poetico.

Sensualità gioiosa

Le mani di Marilyn Monroe (Olycom & Franca Speranza)



www.ecostampa.it



NIVEA

Arricchita con olio di noce di macadamia e complesso vitaminico, protegge e nutre:
Crema Mani Nutriente Vellutante (4,05 euro)



PUPA

Con Volufiline, estratto di gardenia asiatica, che agisce con un effetto lipo-filling e vitamina E
protettiva: Crema Volumizzante Filler Mani (19 euro)



L'ERBOLARIO

Previene arrossamenti e screpolature. Emoliente e nutriente, contiene olio di oliva, burro di karité e vitamina E:
Crema per le Mani e le Unghie (8,50 euro)