



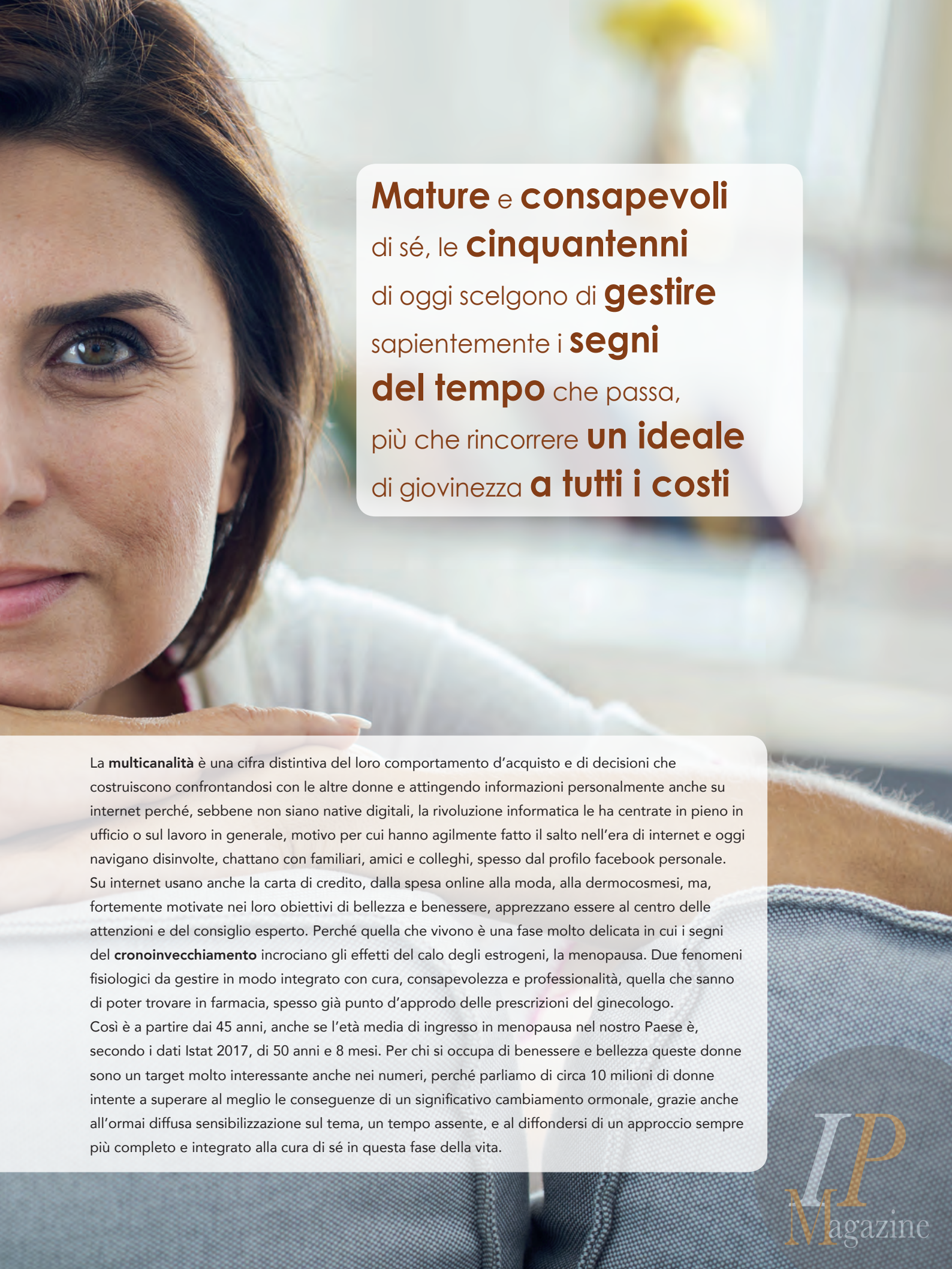
Irresistibili 50 anni

● *C'è chi dice che i cinquant'anni sono i nuovi trenta. Forse non è esattamente così per tutte, ma è innegabile che oggi le donne over 45 oltre al fascino dell'esperienza mostrano una bellezza rinnovata, diversa da quella della giovinezza e forse nuova rispetto all'immaginario consueto. Merito dello spirito dei tempi, quello in cui queste donne nate alla fine degli anni '60 sono cresciute coltivando il senso di sé, la cura del proprio corpo e della propria anima.*

Madri, mogli, lavoratrici, sono consapevoli, emancipate e alla vita chiedono molto o, almeno, la possibilità di conciliare affetti, realizzazione professionale e personale.

Di lasciarsi scorrere il tempo addosso proprio non hanno intenzione e affrontano la vita energiche, positive e caparbie anche nel preservare la loro giovinezza. Ma attenzione, *never surrender* è un modello ormai demodé e per quanto la chirurgia estetica non l'abbiano messa al bando, l'approccio alla bellezza delle nuove cinquantenni più che essere un nostalgico richiamo a *le temps perdu* è una pionieristica avventura nell'*healthy aging*, e forse un nuovo modello di bellezza che non vuole nascondere i segni del tempo, ma piuttosto prevenirli e gestirli a 360 gradi.

Informate e curiose, le cinquantenni sono *beauty consumer* affezionate alle scelte che si sono rivelate vincenti, ma non disdegnano l'aprirsi a nuove promesse, magari nate sotto un'aura *green* sempre più presente nel loro rapporto con il mondo e con la bellezza anche grazie all'influenza delle giovani figlie.



Mature e consapevoli
di sé, le **cinquantenni**
di oggi scelgono di **gestire**
sapientemente i **segni**
del tempo che passa,
più che rincorrere **un ideale**
di giovinezza **a tutti i costi**

La **multicanalità** è una cifra distintiva del loro comportamento d'acquisto e di decisioni che costruiscono confrontandosi con le altre donne e attingendo informazioni personalmente anche su internet perché, sebbene non siano native digitali, la rivoluzione informatica le ha centrate in pieno in ufficio o sul lavoro in generale, motivo per cui hanno agilmente fatto il salto nell'era di internet e oggi navigano disinvoltate, chattano con familiari, amici e colleghi, spesso dal profilo facebook personale. Su internet usano anche la carta di credito, dalla spesa online alla moda, alla dermocosmesi, ma, fortemente motivate nei loro obiettivi di bellezza e benessere, apprezzano essere al centro delle attenzioni e del consiglio esperto. Perché quella che vivono è una fase molto delicata in cui i segni del **cronoinvecchiamento** incrociano gli effetti del calo degli estrogeni, la menopausa. Due fenomeni fisiologici da gestire in modo integrato con cura, consapevolezza e professionalità, quella che sanno di poter trovare in farmacia, spesso già punto d'approdo delle prescrizioni del ginecologo. Così è a partire dai 45 anni, anche se l'età media di ingresso in menopausa nel nostro Paese è, secondo i dati Istat 2017, di 50 anni e 8 mesi. Per chi si occupa di benessere e bellezza queste donne sono un target molto interessante anche nei numeri, perché parliamo di circa 10 milioni di donne intente a superare al meglio le conseguenze di un significativo cambiamento ormonale, grazie anche all'ormai diffusa sensibilizzazione sul tema, un tempo assente, e al diffondersi di un approccio sempre più completo e integrato alla cura di sé in questa fase della vita.

I CINQUANT'ANNI DI VERONICA

Veronica è certamente una di loro. Cinquantuno anni compiuti da poco, è una cosiddetta "amministrativa" presso un'azienda privata. Tra il lavoro full time, due figli, il marito e la madre sempre più bisognosa di cure, le sue giornate sono davvero piene, ma nonostante questo ha sempre considerato importante ritagliare un po' di tempo per sé, per curare le sue passioni e il suo aspetto, in particolare adesso che i cambiamenti sono diventati più importanti e incidono su più fronti. Intanto, sotto la guida della sua ginecologa, sta seguendo la terapia ormonale sostitutiva che alleggerisce l'impatto dei sintomi, vampate di calore e insonnia in primis, e la aiuta a tenere sotto controllo la pressione.

Ha poi iniziato ad andare in palestra, usa la macchina il meno possibile e nel weekend non perde mai l'appuntamento con la corsetta nel parco vicino a casa. Grazie a questo è riuscita a smettere di fumare e ad arginare l'inevitabile aumento di peso, anche se il giro vita non è più quello di dieci anni fa... In farmacia ha però trovato un ulteriore supporto per ottimizzare la gestione dei diversi aspetti che compongono lo sfaccettato quadro del suo benessere, del suo equilibrio psicofisico e della sua bellezza.



PESO, PANCIA GONFIA E GIRO VITA

Alimentazione sana e attenta ed esercizio fisico sono i primi consigli che Veronica ha ricevuto sia dalla ginecologa che dalla sua *pharmacy beauty coach*: il calo del metabolismo basale è un dato di fatto e bisogna reagire di conseguenza. Ridurre l'apporto calorico con particolare attenzione agli zuccheri è stato il primo passo in abbinamento all'assunzione periodica di probiotici per preservare l'equilibrio della flora batterica intestinale, regolarizzare l'intestino e contrastare il gonfiore. Oltre a questo la *pharmacy beauty coach* le ha suggerito un **integratore specifico** per migliorare la depurazione e favorire il controllo del peso a base di attivi tra cui carciofo, tè verde e peperoncino.

VISO: NUOVE ESIGENZE, NUOVA BEAUTY ROUTINE

L'ingresso in questa nuova fase della vita ha comportato per il viso di Veronica almeno un vantaggio: lei, che ha sempre avuto una pelle grassa, adesso sembra non dover più fare i conti con questo problema. Con il calo degli estrogeni la quantità di sebo prodotta sulla superficie cutanea è infatti diminuita; in compenso però sono sopraggiunte la secchezza con una forte tendenza alle screpolature e l'assottigliamento dell'epidermide. Alla luce delle nuove esigenze, insieme alla *pharmacy beauty coach* ha dunque deciso di rivisitare la propria *beauty routine*.

La fisiologica diminuzione del collagene e del livello di idratazione cutanea ha reso la sua pelle progressivamente meno compatta, meno elastica e più secca lasciando campo libero alla formazione di rughe, al rilassamento cutaneo con perdita di definizione dell'ovale e a un colorito più spento e opaco. A questo si aggiungono il rischio di discromie cutanee, dovuto al *fotoaging* e accentuato dal fatto che Veronica ha la pelle molto chiara, nonché una maggiore reattività e sensibilità.

DETERSIONE

Per evitare la delipidizzazione della cute la *pharmacy beauty coach* ha scelto un detergente per affinità, un olio a base vegetale arricchito con vitamina E da utilizzare sia al risveglio sia la sera per eliminare in modo delicato, ma accurato i residui di trucco e le tossine accumulate durante la giornata.

Per favorire il ricambio cellulare eliminando le cellule morte, invece, ha scelto un gommage esfoliante per pelli sensibili da usare una volta alla settimana.

IDRATAZIONE

Tenendo conto del suo biotipo e dei cambiamenti a cui la pelle sta via via andando incontro, per il giorno ha optato per una crema a rapido assorbimento, ma altamente **idratante** con acido ialuronico, vitamina C e altri antiossidanti per contrastare i radicali liberi. Dopo l'idratazione, la seconda parola d'ordine è **protezione**, quella dell'integrità della barriera cutanea e dall'aggressione di agenti atmosferici, smog e raggi UV. Proprio per questo la crema giorno di Veronica contiene un fattore di protezione solare SPF 30, così come il **fondotinta**, fluido e dalla *texture* leggera per uniformare l'incarnato senza accentuare la visibilità delle rughe.

Indispensabile anche per **contorno occhi e labbra**, la protezione dagli UV si sposa in questo caso con le proprietà dei ceramidi che contribuiscono a mantenere l'idratazione e l'elasticità cutanea.

Approfittando del picco notturno nel ciclo di riparazione e rigenerazione delle cellule cutanee è proprio la notte il momento in cui dare massimo nutrimento alla pelle. Così, dopo la detersione Veronica applica un siero **rigenerante** antiaging a base di *fospidina* e quindi la crema notte altamente idratante, rigenerante e ridensificante con attivi come acido ialuronico, retinolo, acido glicolico, ramnosio e un mix antiossidante.

Da applicare due volte a settimana usa una maschera idratante con acido ialuronico ed arricchita con ceramidi e vitamina E.

Per tenere in allenamento i muscoli del viso e contrastare il rilassamento del tessuto connettivo la *pharmacy beauty coach* ha poi suggerito a Veronica alcuni semplici **esercizi di ginnastica facciale** quotidiana.

Anche collo e décolleté oggi reclamano nuove attenzioni dal momento che sono aree particolarmente sensibili al cedimento cutaneo. Un trattamento specifico con fillerina e acido ialuronico ne preserverà la bellezza.



CORPO: LE GIUSTE ATTEZIONI QUOTIDIANE

Anche in questo caso la *pharmacy beauty coach* le ha consigliato di partire da una **deterzione** appropriata, e dunque dall'uso di un prodotto che preservi il film idrolipidico, un **olio doccia nutriente**. Irrinunciabile, comunque sia, l'applicazione quotidiana di una **crema corpo**. Per Veronica ne ha scelta una con acido ialuronico per favorire l'idratazione e la naturale produzione di collagene, burro di karité e olio di mandorle dolci. E per andare in soccorso all'interno braccia e cosce, all'addome e ai glutei che sembrano aver risentito particolarmente del rilassamento di tono, ha inserito nella sua beauty routine un **trattamento rassodante** quotidiano specifico per queste zone.



CAPELLI

Da un po' di tempo Veronica ha notato che i suoi capelli sono meno vitali e più fragili. Per contrastare anche questa conseguenza frequente del calo degli estrogeni, la *pharmacy beauty coach* ha studiato un'azione su più fronti, a partire dalla detersione. Il programma capelli di Veronica prevede dunque uno **shampoo ridensificante** e un **trattamento rinforzante in fiale**.

INTEGRAZIONE E TRATTAMENTI IN CABINA

Bellezza e benessere globale viaggiano insieme, si sa. Così la strategia *wellness&beauty*, con un lavoro di squadra in farmacia, si completa con il consiglio di un **integratore multiminerale e multivitaminico** per il benessere e la vitalità di Veronica. Un mix di micronutrienti importanti come vitamina C, che oltre a contribuire alla formazione del collagene favorisce la funzione della cartilagine e della pelle, zinco e biotina per la salute di capelli ed unghie, vitamina E e vitamina A per proteggere le cellule dallo stress ossidativo, vitamina B6 per contrastare l'astenia, calcio e vitamina D per la salute della ossa, dei muscoli e per l'efficienza del sistema immunitario. Inoltre, per risultati ancora più gratificanti e per celebrare la sua voglia di bellezza, Veronica troverà nei trattamenti professionali della cabina estetica della sua farmacia ulteriori risposte. Quali? Per esempio la **radiofrequenza**, l'**ossigenoterapia** e la **biostimolazione** per rassodare e tonificare le zone critiche. ■

