



RIMEDI NATURALI PER LA PELLE IMPURA E L'ACNE



Avere una pelle impura può capitare a tutti, anche a chi di solito vanta di avere una pelle sempre liscia e setosa.

La comparsa di impurità quali brufoli, punti neri e anche foruncoli sottopelle porta ad un effetto totalmente anti-estetico.

Fra le varie tipologie di pelle vengono classificate normalmente quattro categorie: pelle normale, pelle secca, pelle grassa, pelle sensibile. E' più che evidente, però, che nella pratica quotidiana si incontrano soprattutto pelli cosiddette "miste", che in più presentano anche una variabilità sia in tempi brevi (ciclo mestruale) sia in tempi lunghi (menopausa). Però, tenuto conto di queste premesse, si possono identificare i tipi di pelle, e quindi anche i trattamenti estetici raccomandabili, con una sufficiente approssimazione. In particolare la cosiddetta 'pelle grassa' o iperseborroica, viene riconosciuta per un aspetto lucido e 'unto', oltre che per una frequente comparsa di comedoni, o anche direttamente di foruncoli arrossati, di piccole o grandi dimensioni. Quest'ultima tipologia viene più comunemente definita come 'pelle impura'. La comparsa di questo tipo di pelle è dovuta a una eccessiva produzione di sebo da parte delle ghiandole sebacee, che stanno alla base degli otricoli pilosebacei, o pori cutanei. La loro presenza è molto importante, sia per la protezione della pelle (strato idrolipidico) sia per la lubrificazione degli eventuali peli, che così possono fuoriuscire liberamente, senza 'incistarsi'. Non sempre i pori sono portatori di pelo, e anzi, quando non lo sono, più facilmente possono portare ad accumuli di sebo sottocutaneo che non trova sfogo all'esterno. Questi accumuli a loro volta si possono infettare dando luogo all'infiammazione e al conseguente edema, fino all'acne 'fisiologica' diffusa, e diversa

dall'acne cosiddetta 'essenziale', legata ad alterazioni di tipo organico (come, per esempio, nell'adolescenza).

Cause fisiche ed organiche

Le cause sono da ricercare sia nell'alimentazione che nello stile di vita che può portare alla comparsa di tutti questi inestetismi abbastanza visibili che possono peggiorare se non si rimedia nel giusto modo.

Lo **stress**, una dieta ricca di **cibi grassi**, il **fumo**, il **trucco**, periodi particolari di **cambiamenti ormonali** portano all'infiammazione delle ghiandole sebacee che si trovano sotto lo strato superficiale dell'epidermide e queste vanno ad espellere il sebo prodotto in eccesso attraverso foruncoli, punti neri e quei tanti odiati brufoli.

Anche l'esposizione agli agenti atmosferici esterni come lo **smog** è causa di pelle impura, poiché la pelle si indebolisce e dalle ghiandole fuoriesce più sebo. Oltre che queste, le cause potrebbero essere legate anche a dei malfunzionamenti ormonali dovuti a patologie individuali, al **ciclo mestruale**, all'assunzione discontinua della **pillola anticoncezionale** o alla **gravidanza**.

La grandezza e la produzione delle ghiandole sebacee è regolata in gran parte dalla composizione ormonale, sia in qualità che in quantità. Infatti gli steroidi tipicamente maschili (come il testosterone) sono sempre presenti nella composizione dei cosiddetti 'ormoni sessuali', anche femminili, ma la loro quantità, o la loro maggiore presenza percentuale nei confronti degli altri steroidi, possono portare allo sviluppo abnorme della ghiandola sebacea. L'eccessiva presenza di grasso sulla superficie della pelle che ne deriva, deve essere trattata con molta precauzione. Infatti un eccessivo uso di detergenti tensioattivi (molto presenti nei 'saponi liquidi' in commercio) porterebbe



alla distruzione dello strato idrolipidico, che difende la pelle da batteri e inquinamento, e quindi aumenterebbe molto il rischio di infiammazioni o di acne. Anche l'uso di latti detergenti ricchi di oli comedogenici (fra cui l'olio di vaselina o 'mineral oil') può portare a una difficoltà di uscita del sebo, formando i comedoni, nei quali il sebo stesso si indurisce per ossidazione, spesso incistandosi per formazione di materiale corneo superficiale. Il cosiddetto 'punto nero' è costituito da sebo, lamelle dello strato corneo e polveri provenienti dall'esterno.

Non aggredire la pelle schiacciando subito questi brufoli è importante perché la fuoriuscita di sangue e sebo può infiammare ancora di più la pelle e creare un effetto ancora più sgradevole. Le pelli impure vanno curate con i giusti prodotti perché tendono anche ad essere grasse.

Usare prodotti non adatti, può portare al peggioramento del problema perché la pelle potrebbe andare a diventare ancora più grassa e soggetta alla comparsa di impurità.

Cause psicologiche

Dal punto di vista psicosomatico la pelle è il luogo su cui si disegna lo stato di salute del nostro rapporto con gli altri e il grado di tolleranza che mostriamo nei confronti dei nostri confini esistenziali, simbolicamente rappresentati dalla pelle stessa. Visto da vicino, il classico comedone a testa bianca, appare, per forma, molto simile a un vulcano che sta per eruttare, dove cioè il magma, energia pura e caldissima, sta per riversarsi in superficie diventando visibile in modo spettacolare e pericoloso al tempo stesso.



E poiché nel corpo umano la natura di questa "energia bruciante" ha a che fare con il testosterone, la psicosomatica considera l'acne come il fuoco dell'eros che si proietta sulla pelle quale rappresentazione simbolica di una sessualità compressa che sta cercando di esprimersi e di farsi notare. Non a caso è in adolescenza che la pelle impura fa la sua prima e più frequente comparsa. Più lo sviluppo puberale è rapido e sorprende il ragazzo, e più l'atmosfera che lo circonda è repressiva e moralistica nei confronti del corpo e delle sue esigenze, più alta è la probabilità della comparsa dell'acne quale risposta a un'implosione forzata della carica istintiva sessuale. Il

vissuto inconscio sottostante a questa manifestazione somatica e' di sporcizia interiore dovuta a un eros colpevolizzante che dev'essere a tutti i costi tenuto nascosto e che invece affiora sulla pelle, sotto forma di impurita' esteriore visibile. Il volto dell'acne assume allora il significato simbolico di una maschera che copre un'energia sessuale che chiede vistosamente di essere vissuta e il sebo e le impurita' mostrano un inconscio bisogno del corpo di lasciar uscire e rendere pubblico qualcosa di molto intimo, personale e profondo, strettamente legato all'identita'.

Ma il tema dell'individuo che maschera se stesso e le sue emozioni, reprimendo quelle pulsioni che potrebbero turbarlo, non riguarda solo l'adolescente: ricorre e accompagna anche l'adulto quale segno che qualcosa di irrisolto continua a esistere a fior di pelle. Priva del fuoco ormonale tipico dell'adolescenza, la pelle impura dell'adulto assume un carattere piu' moralistico, tipico di una personalita' che nel tempo si e' irrigidita in un difficile e svantaggioso compromesso con la realta'. Dando per scontato che le due interpretazioni, piu' fisica la prima, e piu' psicologica la seconda, possano coesistere, come si puo' prevenire la pelle impura?

Come rimediare sul piano psicosomatico

La regolazione della secrezione cutanea e' influenzata dalla situazione ormonale e dalle variazioni emozionali. Intuire il senso profondo delle impurita' che la persona porta disegnate sulla pelle e aiutarla a modificare gradualmente il proprio stile di vita in direzione di una maggiore presa di contatto con il proprio corpo e di una ritrovata liberta' di esprimersi in modo creativo ed equilibrato e' senz'altro la strada terapeutica piu' efficace nella cura delle impurita' cutanee. A fronte di un'istintiva repulsione per una superficie cutanea impura e sgradevole al tatto, guardata e toccata poco e con disgusto, a volte addirittura con accanimento, quindi, il ruolo del massaggio dolce, attraverso l'uso della crema, oltre a svolgere la sua funzione clinica, assume il valore fondamentale di trasformare in coccole terapeutiche gesti di autocontatto troppo frettolosi e aggressivi.



Maggiore rilassatezza nello stile di vita non significa solo lavorare di meno o ridurre gli impegni, bensì non dimenticarsi di fare tutto ciò, portando sempre con sé e valorizzando la parte bambina che vive dentro di noi e che chiede di continuare a esistere attraverso l'istinto, la spontaneità e la creatività'.

...e sul piano fisiologico

Occorre fornire alla pelle anche gli elementi nutritivi in grado di rafforzarla e renderla meno esposta alla comparsa di acne. Quindi mangiare regolarmente alimenti integrali, frutta e verdura fresche, carne magra e alimenti ricchi di zinco, e acidi grassi poliinsaturi, come il pesce, importanti per l'epidermide, quanto le vitamine A, E e C.

Infine, meglio mantenere sempre fresca e ben idratata la pelle. L'epidermide che tende a produrre quantità di sebo superiori al normale, è, spesso anche secca. Può essere utile un idratante, a patto che non si tratti di composti che possono avere azione comedogena.

I cosmetici devono essere, infatti, in grado di ridurre il sebo in eccesso senza interferire con gli sfingolipidi dell'epidermide danneggiati in caso di acne e soprattutto avere un pH compreso tra 5,3 e 5,5 per rispettare quello cutaneo. Questi requisiti sono particolarmente importanti in estate, quando la pelle si trova esposta al sole.

Il trattamento cosmetologico

Qui di seguito si evidenziano le fasi in cui si diversifica il trattamento base per una pelle grassa o impura:

DETERGENZA. La detergenza è forse la fase più delicata, e perciò fondamentale, del trattamento, sia presso l'estetista che a casa. Infatti è molto importante l'efficacia della pulizia, cioè dell'asporto delle sostanze indesiderate, ma senza che venga eliminato il mantello idrolipidico di difesa, e senza 'intasare' i pori con oli pesanti, come gli oli minerali. È importante perciò che un detergente per pelli impure contenga solo oli di origine vegetale, oli essenziali puri e naturali, acque aromatiche dalle proprietà



curative ed estratti di fiori ed erbe come il nocciolo, l'abete, il limone... e anche la propoli, tutti con azione dermopurificante e seboequilibrante.

Nello stesso tempo è opportuno che la prima detersione sia abbinata anche a qualche estratto decongestionante, perché spesso le pelli impure presentano un leggero stato infiammatorio che tende a 'rigettare' le successive fasi del trattamento.

TONICO. Dopo il primo trattamento è importante utilizzare un tonico che ne asporti le tracce, "ripulisca" dalle cellule morte e nello stesso tempo sia astringente e lenitivo: estratti di Camomilla e Lavanda per l'effetto lenitivo sono fra i più raccomandabili. Per l'effetto purificante si può ricorrere all'acqua aromatica di Timo o di Abete.

APPLICAZIONE DEI PRINCIPI ATTIVI. I principi attivi utilizzati per il trattamento delle pelli grasse e delle pelli impure devono tenere conto del concorso di situazioni che creano la disfunzione. In primo luogo va diminuita la grandezza delle ghiandole sebacee, senza utilizzare (come si faceva un tempo) sostanze ormonali o i loro precursori: oggi si utilizzano grazie alla loro efficacia estratti di timo, di cedro, di lavanda vera, di limone per riequilibrare la naturale produzione di sebo della pelle e per contrastare la moltiplicazione batterica.

Per il rinforzo del microcircolo, spesso sacrificato dalle dimensioni della ghiandola sebacea, è ottimo l'estratto achillea e di rosmarino.

Per gli esiti da acne, anche cicatriziali è di grande efficacia l'estratto di calendula, mentre quello di iperico riduce lo stato infiammatorio.

Oli essenziali come il Tea Tree oil e il Limone contribuiscono a questa attività con un effetto sinergico aromaterapico.

Come in tutti i trattamenti estetici, il mantenimento degli effetti positivi può essere assicurato solo dalla costanza e dalla ripetizione, in questo caso, in particolare a causa della situazione genetica e sistemica che ha generato l'anomalia.





I rimedi naturali per le pelli impure e l'acne che vi propone Rosa Selvatica

CREMA VISO AL TIMO

Questa crema, grazie alla forza vitale del Timo, che aiuta a riequilibrare la produzione di sebo e a purificare la pelle dai punti neri e dalle tossine, è adatta alle pelli grasse e miste. Gli estratti di Lavanda e Achillea rigenerano la pelle rovinata mentre gli oli essenziali di Limone, Cedro e Pino Silvestre, grazie alle loro proprietà antisettiche, aiutano nell'azione disinfettante e astringente del cosmetico. L'Olio d'Oлива che aiuta a rendere la pelle morbida ed elastica contrastandone l'invecchiamento, agisce in armonia con la Cera d'Api e il Burro di Karitè, che la proteggono dagli agenti atmosferici. La Propoli interviene con la sua azione antiradicalica, antibatterica e dermopurificante mentre il Benzoino serve a stabilizzare il prodotto nel tempo.



Prezzo al pubblico: € 19,00

OLIO VISO ACNEICA

Il Cedro con la sua azione depurativa e antisettica è uno dei principali protagonisti di questo olio. Insieme a Tea Tree germicida e antinfiammatorio, Calendula cicatrizzante, Iperico e Lavanda ottimi per rigenerare la pelle rovinata, rende questo olio l'ideale contro gli inestetismi dell'acne. L'Achillea migliora la circolazione con conseguente effetto drenante. A completare l'azione di Acneica l'Olio di Jojoba, Sesamo e Oliva, ottimi per la cura della pelle, per rigenerarla in profondità, per renderla pura e liscia.



Prezzo al pubblico: € 18,00

LATTE DETERGENTE ALLA NOCCIOLA

Delicato latte detergente che con dolcezza pulisce a fondo la pelle di viso e collo rispettando le zone più sensibili del contorno occhi. L'estratto di Nocciola apporta le sue proprietà purificanti, astringenti, toniche e antinfiammatorie. L'Abete Rosso, l'Arancio Amaro e il Limone lasciano la pelle fresca e libera da impurità. La Propoli con la sua azione antibatterica, antiradicalica e dermopurificante viene sostenuta da Palmarosa e Olio d'Oliva, ottimi per conferire alla pelle morbidezza ed elasticità. Il Benzoino stabilizza il prodotto nel tempo.

Prezzo al pubblico: € 14,00



ACQUA AROMATICA DI ABETE (tonico per il viso)

E' un'ottimo purificante e rinfrescante. Particolarmente indicata per le pelli impure. Il suo ottimo profumo la rende adatta come dopobarba e per rigenerare corpo e mente durante i viaggi e le giornate calde.

Prezzo al pubblico: € 8,00



ACQUA AROMATICA DI TIMO (tonico per il viso)

Ottimo dermopurificante, ideali per pelli grasse, miste e con punti neri. Per via interna agisce sulle vie respiratorie, efficace contro i sintomi del raffreddore e come attivatore delle difese organiche.

Prezzo al pubblico: € 10,00



OLI ESSENZIALI

OLIO ESSENZIALE DI LAVANDA VERA

La Lavanda trova largo impiego in campo terapeutico. In campo dermatologico è utile contro acne, dermatiti, eczemi, punture d'insetti, scottature e tanto altro ancora. Efficace nei problemi del sistema nervoso quali depressione, stress, insonnia, cefalee, ipertensione, nelle problematiche muscolari, articolari, in quelle respiratorie.



Prezzo al pubblico: € 9,00

OLIO ESSENZIALE DI TEA TREE

Albero del tè, originario dell'Australia e impiegato da sempre dagli aborigeni australiani. Attivo contro le tre varietà di organismi infettivi: batteri, virus, funghi. Potentissimo immunostimolante, quando il corpo è minacciato da uno qualsiasi di questi organismi, il tea tree ne aumenta le capacità di reazione. Indicato pertanto in tante problematiche della pelle.

Prezzo al pubblico: € 7,00

OLIO ESSENZIALE DI LIMONE

Estratto dalla buccia del Limone. Ottimo per l'aromaterapia e in cucina, in casa come antibatterico e antiparassitario è un ottimo tonificante del corpo e della mente. Ci aiuta ad eliminare la stanchezza risvegliando le energie. La sua azione febbrifuga aiuta a ridurre la temperatura corporea: bastano poche gocce su un panno bagnato con cui fare impacchi freddi su fronte, nuca e polsi.

Prezzo al pubblico: € 8,00



ROSA SELVATICA

Azienda Agricola e Laboratorio Cosmetico delle Dott.sse Ferrari
Produzione artigianale e vendita COSMETICI BIOLOGICI e 100% NATURALI

Via Dei Gonzaga 183/B, 42124 Sesso, Reggio Emilia. Tel.: 0522-531226

E-mail: rosaselvatica.cosmetici@gmail.com www.rosaselvatica.it

Facebook: <http://www.facebook.com/pages/Rosa-Selvatica/216963085107389>

Per la Lombardia: Via Filatoio 3 int 6, 23886 Colle Brianza (LC)

Tel: 0399260042 - Cell: 3311161959