

# Salute & Benessere

## E' "Green mania"

Anche il packaging preferisce plastiche vegetali derivate da canna da zucchero

PROMOZIONE 3+1 LENTI A CONTATTO X TUTTA L'ESTATE

Acquista 3 confezioni di lenti a contatto giornaliere VisionOttica e ne ricevi 1 in omaggio\*.

\*VisionOttica Plus 1 è un dispositivo medico CE046. Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni d'uso. Offerta valida fino al 31/08/2019, non cumulabile con altre promozioni in corso.

Montella · Via Verteglia, 58/P-Q · Tel. 0827-69128 · VisionOttica Iannaccone

VisionOttica Iannaccone



# Cosmesi e natura

Mariolina De Angelis\*



Ormai è "green mania" anche in Italia. Linee naturali di prodotti cosmetici, in cui anche il packaging preferisce plastiche vegetali derivate da canna da zucchero, prendono sempre più posto sugli scaffali di negozi di cosmesi e farmacie. Cosa si garantisce con questi prodotti?

Anzitutto stabilità, texture e sensorialità che sono elementi imprescindibili di un buon cosmetico, ancora di più se "green". Una vera sfida nel panorama della "bellezza", sempre più competitivo e all'avanguardia.

Sono molti i brand che hanno puntato il loro mercato su prodotti, i cui principi attivi sono di origine vegetale.

Alcuni davvero interessanti in cui la "bellezza", scopo primario, è unito ai valori della tradizione.

Mi riferisco alla novità rappresentata da alcune linee cosmologiche legate al teatology, in cui il mondo della bellezza si fonde con quello del tè.

Uno studio attento e meticoloso ha portato a catalogare più di 5000 specie di tè, e a trasferire quelle ricche di sostanze antiossidanti e nutritive quale base per la realizzazione di creme elisir detox.

I ricercatori cosmetologici sono andati ben oltre l'analisi e lo studio di trattamenti ristrutturanti o de-

tox e, attraverso una tecnologia già brevettata, hanno messo a punto prodotti "ecologici". Lo dimostrano i numerosi test effettuati.

Riscoprire ingredienti vegetali capaci di unire il loro potere detossificante e antiossidante è certamente argomento che conquista le nuove generazioni.

I giovani, infatti, preferiscono prodotti polivalenti e multiuso, come le creme solari che siano anche idratanti, un lucida labbra che oltre a dare calore sia protettivo, uno shampoo che ha insieme le proprietà del balsamo.

Fino ad ora i marchi erano una garanzia di qualità nell'era della produzione di massa.

Oggi è facile accedere immediatamente alle recensioni di chi ac-

quista e testa un prodotto non di marca. Di conseguenza si comprende come la qualità effettiva del prodotto conti più della pubblicità. E la sostenibilità non è più un capriccio ma un obbligo.

La tecnologia consente lo sviluppo di soluzioni rispettose dell'ambiente. In questo il packaging riveste un ruolo centrale quale veicolo di comunicazione e di interazione col consumatore.

L'impacchettamento della "crema" rappresenta ormai il centro della personalizzazione.

Le confezioni sempre più nude e "spoglie" in apparenza contengono prodotti con peculiarità sofisticate e smart che vedono l'Italia muovere i primi passi nel settore dell'innovazione cosmetica.

\*Famacista



► **LE TENDENZE.** No ad alcol, coloranti e solventi, sì agli ingredienti naturali

# Riscoprire il nostro olfatto

*'Green' e 'bio' sono le parole d'ordine nell'universo delle fragranze. Al bando le sostanze chimiche*

**A**nche i profumi si "mostrano" al naturale e tra questi un grande ritorno, "la rosa".

Green e bio quindi anche nel mondo delle fragranze.

Così come accade nelle cosmesi, le aziende specializzate nella produzione di profumi, spogliano le loro creazioni olfattive delle componenti chimiche e cavalcano l'onda "green".

Una parte delle industrie delle "fragranze" è sempre più incline infatti a produrre e proporre essenze naturali secondo metodi etici e sostenibili. Siamo in un momento di rottura che cambierà

mery evolution or revolution?

Nelle miscele non sono più presenti alcool, parabeni, solventi e coloranti, ma solo ingredienti naturali, estratti vegetali di natura biologica, frutto di una coltivazione priva di pesticidi e fertilizzanti chimici.

La maggior parte dei profumieri nel passato si prendevano cura delle piante, conoscevano i segreti della botanica, si dedicavano a distillare e estrarre oli essenziali attraverso l'uso di sostanze grasse.

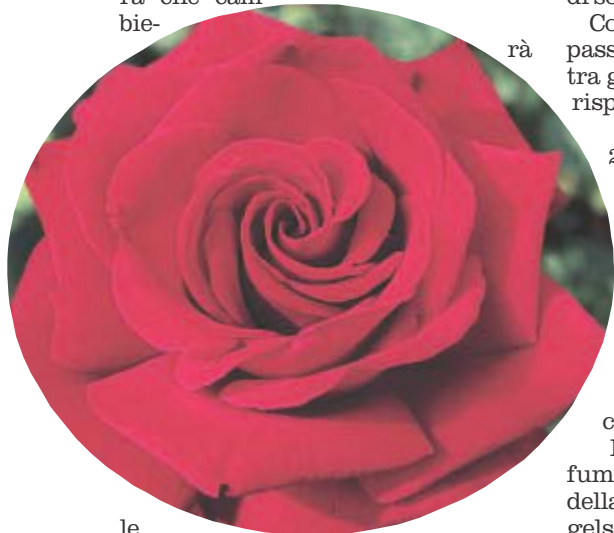
Cosa accade oggi? Si torna al passato e, in termine di "tendenza" tra gli ingredienti più ricercati oggi rispunta la "rosa".

Una rosa può contenere circa 2000 molecole alcune riconosciute da un cromatografo, un apparecchio che fraziona una miscela omogenea nei suoi componenti.

Quindi non più profumi sintetici che riproducono "la fragranza" dove sono contenute solo 3 - 4 molecole di quel fiore che serba tanto profumo in sé con tante combinazioni.

Molto gradita, oggi, l'acqua profumata, apprezzate, oltre a quella della rosa, la fragranza alla lavanda, gelsomino e frutti esotici e agrumati. Sempre più usati gli oli essenziali le cui proprietà si avvicinano a quelle dell'aromaterapia. E' così si restituisce alla fragranza il senso del lusso, dell'autocompiacimento e del benessere.

I profumi "naturali" si riconnettono con ciò che ci circonda e con il nostro passato e ci aiutano a ritrovare il senso dell'olfatto importantissimo per la salute e l'equilibrio interiore.



le nostre abitudini. Da una parte si cerca di conservare un'immagine patinata e glamour del prodotto che tende ad impressionare chi ci circonda; dall'altra a prendere il sopravvento è la ricerca di uno stile di vita che consenta di migliorare la salute del corpo e della mente sotto ogni punto di vista.

E allora quale è il futuro del perfu-

## A proposito di trattamenti naturali, aromaterapia e oli essenziali

**S**entire parlare di aromaterapia può dare l'impressione che si tratti di una tecnica particolare che solo esperti terapisti possono praticare: in realtà l'aromaterapia è alla portata di tutti.

E' una forma di trattamento naturale a base di oli essenziali, utile per risolvere problemi e disturbi a livello sia fisico che psicologico. Accanto agli oli essenziali, vengono utilizzati altri elementi naturali che servono da vettori alle sostanze presenti nelle essenze, come sale e oli vegetali. Il termine aromaterapia fu coniato dal chimico francese Gattefossé, che lavorava con gli oli essenziali per produrre cosmetici e che aveva notato che gli impacchi di olio di lavanda erano utili per alleviare il dolore provocato dalle scottature.

L'effetto benefico dell'aromaterapia si ottiene sia per via aerea, quindi profumando le stanze, gli oggetti, gli abiti; sia per via cutanea, con applicazioni locali delle essenze, per esempio attraverso massaggi; sia, talvolta, per via orale, per esempio con l'utilizzo di colluttori a base di oli essenziali. I migliori risultati si ottengono adoperando oli essenziali naturali. Confezionati in piccole bottiglie, quelli di qualità sono venduti nei negozi di alimenti naturali e nelle erboristerie (le fragranze floreali o fruttate

presenti in prodotti commerciali, come candele profumate e pot-pourri, sono spesso artificiali).

L'aromaterapia è troppo spesso sottovalutata e invece diventa una preziosa

alleata per la nostra salute fisica e psichica. A livello curativo, è eccellente in caso di raffreddore o infiammazione delle vie respiratorie perché se utilizzata con costanza, contribuisce a migliorare lo stato di salute. In caso di raffreddore, per esempio, si può tenere a portata di mano l'olio essenziale di eucalipto e inalarne una goccia o due ogni 3 ore. Aiuta a liberare le vie respiratorie e decongestiona le vie nasali.

Dopo una stressante giornata di lavoro, niente è meglio che diffondere nell'aria le note dell'olio essenziale di arancio, distensivo e rilassante che agisce direttamente sul sistema nervoso, calmando le tensioni.

E' efficace anche contro l'insonnia e contribuisce a migliorare la qualità del sonno. Gli effetti più evidenti sono stati associati all'olio essenziale di lavanda e al semplice aroma di questo fiore.

Le proprietà dell'essenza di rosmarino sono molteplici: antinfiammatorie, depurative, antie-

spettoranti. Ha particolare efficacia come rinforzante per capelli e come regolante del cuoio capelluto.



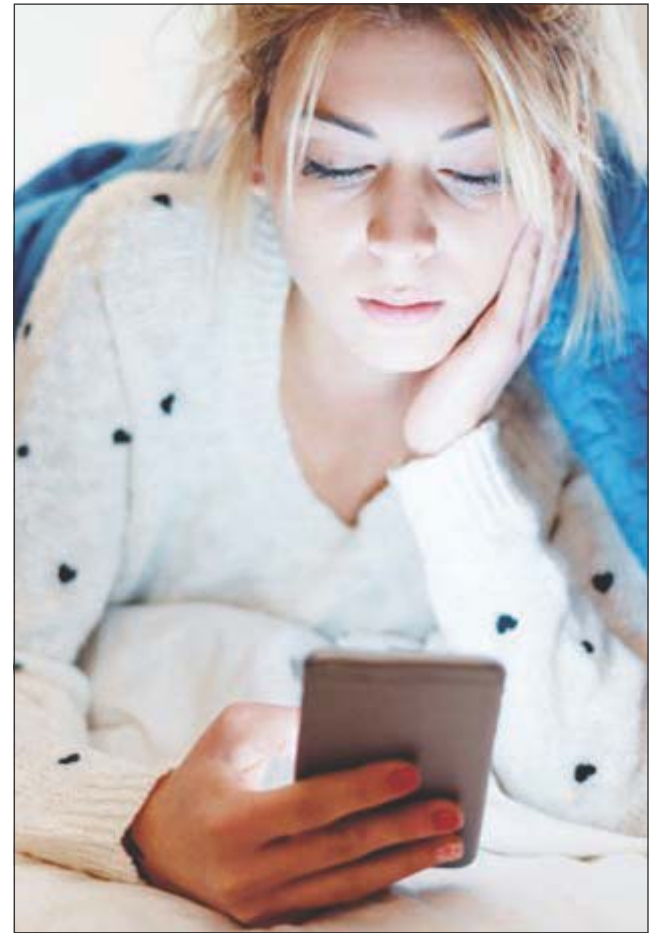
### Ambulatorio MAL DI SCHIENA



**Avellino Viale Italia 22**  
**Tel. 346 6037883**



► **GLI EFFETTI.** *Quando si trascorre tanto tempo al computer, la cute appare stanca, grigia e spenta, come dopo una notte insonne*



# Così la luce blu invecchia la pelle

**R**ecenti studi hanno rilevato che la luce blu è in grado di provocare danni cutanei rilevanti – come macchie, rughe e colorito grigiastro – soprattutto a fronte di uno stile di vita “iperconnesso”, tenendo conto che, mediamente, ogni persona trascorre 6 ore al giorno davanti ai 4 schermi dei device che possiede.

Occhiaie, borse e rughe intorno agli occhi ne sono la testimonianza. Anche dopo una nottata di sonno. Di cosa si tratta? Stress da iperconnessione! L'uso prolungato di tablet e telefonini danneggia il no-

stro organismo. A rimetterci non è solo la vista ma anche la pelle.

La luce blu dei monitor dei vari apparecchi tecnologici ha una lunghezza d'onda corta ma elevata energia. Un'esposizione prolungata a queste radiazioni causa un invecchiamento precoce, a causa della produzione eccessiva di radicali liberi. La zona più colpita è il contorno occhi, essendo l'occhio destinato alla ricezione e all'elaborazione delle luci colorate. E', inoltre, molto vascolarizzato e poco protetto, la sua cute è elastica ma sottile.

Con la sua tonalità la luce blu ci inganna. Quando si trascorre tanto tempo al computer, la pelle appare stanca, grigia e spenta, come dopo una notte insonne. La spiegazione è semplice. Il sistema limbico, ingannato dalla luce blu, attiva i meccanismi che inducono al relax, mentre, invece, siamo vigili e attivi a guardare lo schermo.

Ci viene in aiuto un enzima donatoci da madre natura “il superossido dismutasi SOD” che è capace di assorbire, drenare e distruggere i radicali liberi della luce blu. La quantità di SOD è la stessa che aveva-

no 300 anni fa ma oggi le radiazioni da fronteggiare sono triplicate.

E allora cosa fare?

Basta seguire semplici regole: staccarsi dal pc almeno ogni 2 ore, non eccedere nell'uso dello schermo anche nei momenti di relax, dedicarsi ad una buona lettura di libri in formato cartaceo, e poi... yoga per gli occhi stanchi, un mix di riposo, digi-topressione e shiatsu da fare prima di coricarsi.

Bastano solo 15 minuti, poi un elisir beauty green, e la pelle tornerà tonica e luminosa.



Casa di Cura VILLA MARIA  
MIRABELLA ECLANO AV

PER INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI

TEL. **0825 407301**

**REPARTI**

convenzionati col S.S.N.

• **CHIRURGIA**

**GENERALE**

• **ORTOPEDIA**

• **OCULISTICA**

• **UROLOGIA**

• **ONCOLOGIA**

[www.casadicuravillamaria.it](http://www.casadicuravillamaria.it)

**SERVIZI:**

• **ANESTESIA E TERAPIA INTENSIVA**

• **DIAGNOSTICA PER IMMAGINI**

TC MULTISTRATO (128) REVOLUTION EVO GE

*La TAC con minima esposizione alle radiazioni*

RMN SIGNA Explorer GE

*La rivoluzionaria Risonanza per tutti i pazienti!*

• **ENDOSCOPIA**

• **RADIOTERAPIA**

**AD ALTA**

**SPECIALIZZAZIONE**

**UPMC HILLMAN**  
CANCER CENTRE  
Villa Maria

• **SERVIZI SANITARI ALL'AVANGUARDIA** • **UN TEAM ALTAMENTE SPECIALIZZATO** • **TEMPI DI ATTESA BREVI PER TUTTE LE PRESTAZIONI**

Fare manutenzione  
vuol dire prendersi cura

*Di te e di chi ami*

P&R | [pubblierolando.it](http://pubblierolando.it)

## **manutenzione**

/ma·nu·ten·zió·ne/

Il complesso delle operazioni necessarie a conservare la conveniente funzionalità ed efficienza, per garantire la sicurezza delle strutture e delle persone.



Forse non saremo la prima cosa che noterai