

# "Cosmesi per la donna in gravidanza e per il neonato"

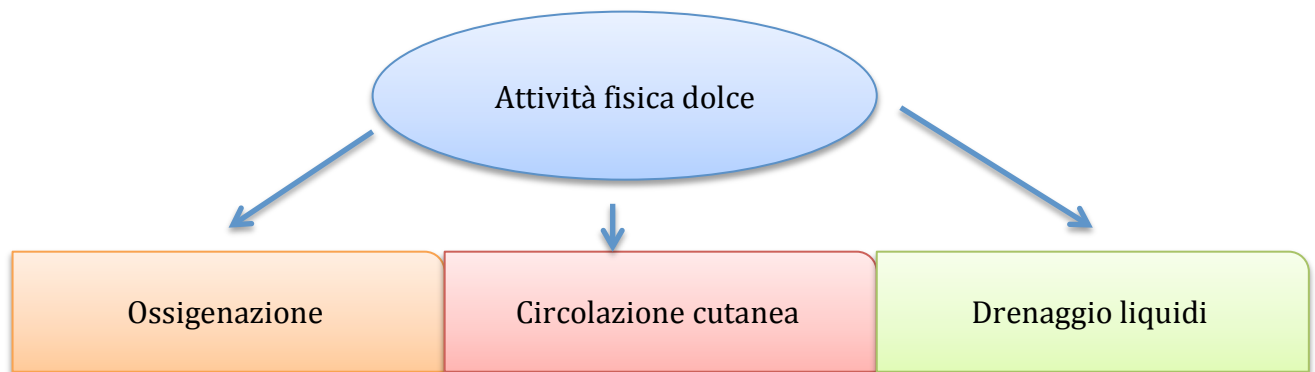
**dott.ssa Berenice Scarabelli**

## **mamma:**

Il periodo della gravidanza è un periodo unico e speciale per qualsiasi donna, che per 9 mesi vive ogni giorno un apparente piccolo cambiamento. L'affascinante pancione comporta un repentino aumento di peso ma anche una rapida diminuzione dopo il parto.

È quindi opportuno conoscere e comprendere i bisogni dell'epidermide ed agire per tempo, con appositi prodotti perché la forte tensione che subisce la pelle mette a dura prova l'elasticità cutanea favorendone la comparsa delle smagliature.

La prima regola da seguire per mantenere elastica ed idratata la pelle è fare *un'attività fisica dolce* che permetta di mantenere l'ossigenazione e la circolazione cutanea ottimali, oltre che drenare i liquidi in eccesso.



La seconda regola è scegliere creme cosmetiche efficaci, meglio preferire quelle che rispondono ai seguenti requisiti:

- ricche di grassi vegetali biologici che *mantengono l'idratazione* e quindi l'elasticità
- ricche di estratti vegetali in grado di *stimolare i fibroblasti*, cellule specializzate nella produzione di collagene ed elastina
- ricche di sostanze che *stimolano la microcircolazione cutanea e rinforzano i vasi*
- *senza profumo e coloranti*

**Oli:** come si può ben comprendere, il semplice olio di mandorle dolci non è in grado di svolgere tutte queste funzioni da solo! Meglio quindi mescolarlo ad altri oli vegetali come olio di rosa moscheta, germe di grano, avocado che sono ricchi della cosiddetta "frazione insaponificabile" che stimola i fibroblasti.

Interessanti sono anche le **vitamine** C ed E che oltre all'azione antiossidante contro i radicali liberi, hanno azione benefica sui capillari. Molto utile anche la vitamina F che ha azione cementante le cellule dello strato corneo e mantengono l'elasticità dei vasi.

Anche i **detergenti** da usare dovranno essere delicati e non sgrassanti né schiumogeni per evitare che sia asportato il film idrolipidico. È preferibile usare gli oli detergenti che puliscono la pelle mantenendola morbida ed idratata senza alterarne il pH. Più la pelle è idratata ed elastica e meno vi è il rischio di ragadi al seno durante la fase di allattamento.

Durante la gravidanza tutto ruota attorno alla salute del bambino, e il veicolo per il suo benessere è il nostro corpo.

I **profumi** che giungono alla donna in gravidanza tramite lo stimolo olfattivo vengono percepiti e assorbiti anche dal bambino attraverso la parete addominale, tanto che questa diventa per il nascituro il suo osservatorio, la sua finestra aperta sul mondo. Un consiglio che però va dato alla donna in gravidanza è di astenersi dall'uso topico di qualsiasi olio essenziale, visto che già dopo 20 minuti sono nel circolo sanguigno. L'unico consentito per diffusione nell'ambiente è l'olio essenziale di mandarino, che stimola il bambino che c'è in ognuno di noi.

## Bambino:

"I prodotti per l'igiene del bambino (paidocosmesi) costituiscono un settore molto specialistico della cosmesi poiché richiedono una perfezione tecnica ed una sicurezza d'uso come nessun altro cosmetico" di G. Proserpio  
Per poter capire a fondo tale affermazione è molto importante focalizzare l'attenzione non solo su come è fatto l'organo "pelle" ma soprattutto sulle enormi differenze tra pelle del bambino (0-12 anni) e la pelle dell'adulto.

La pelle è l'organo più esteso del nostro corpo che ci protegge, ci riveste e che ci difende dagli agenti esterni. La pelle di un neonato inizialmente presenta un colorito scuro e appare coperta da una sostanza biancastra e vischiosa, la vernice caseosa ovvero materiale grasso inglobante frammenti di cellule epidermiche, di aspetto lucido e di colore bianco-giallastro. La vernice caseosa serve, durante la vita intrauterina a proteggere la cute dalla macerazione da parte del liquido amniotico mentre dopo la nascita fornisce una certa

protezione antibatterica. La vernice caseosa dopo la nascita viene in parte riassorbita e in parte deve essere rimossa per evitare che i lipidi possano irrancidire e provocare sensibilizzazioni future alla pelle del neonato. Per questo motivo per i primi giorni è preferibile utilizzare solo impacchi di acqua tiepida per poi passare al bagnetto dopo la caduta del cordone ombelicale.

La cute del bambino, a differenza di quella dell'adulto, si presenta:

- più sottile (circa il 20-30% più sottile)
- meno grassa (la produzione di sebo riprende con la pubertà)
- meno idratata (le ghiandole sudoripare si attivano verso i 2 anni)
- meno acida (pH meno acido significa più esposta agli attacchi di germi, sostanza irritanti, manovre aggressive)
- non hanno maturato la difesa dai raggi UV ad opera dei melanociti
- non è ancora matura la microflora cutanea
- grande quantità di acqua in tutto l'apparato cutaneo

Ogni caratteristica sopraelencata ci può ricondurre alla scelta di cosmetici che ne rispettino l'intelligenza cutanea in primis. I cosmetici per i neonati, stando alle caratteristiche della pelle dovranno quindi:

| <b>CUTE DEL BAMBINO</b>          | <b>PAIDOCOSMESI</b>   |
|----------------------------------|---|
| Più sottile e permeabile         | Non devono contenere profumi, coloranti e sostanze allergizzanti  |
| Meno grassa                      | Usare prodotti a base di oli vegetali biologici e non derivati del petrolio o siliconi<br>Per lavarla vanno usati detergenti molto delicati e non a base di tensioattivi schiumogeni  |
| Meno idratata                    | Gli oli vegetali biologici sono ottimi idratanti  |
| Meno acida                       | Evitare saponette e detergenti che contengono derivati dell'ammoniaca o soda caustica (presente nelle saponette solide)   |
| Bassa difesa dai raggi UV        | Non esporli al sole fino ai 12 mesi di età mentre da 1 a 3 anni proteggerli con filtri solari a schermo totale. Dopo l'esposizione si consigliano creme idratanti emollienti e lenitive in quanto la pelle al sole tende a disidratarsi e seccarsi molto facilmente |
| Flora microbica cutanea immatura | Attenzione all'uso di detergenti antibatterici o a base di conservanti come il triclosan che lentamente distruggono i microrganismi della pelle rendendo il bambino un futuro cliente delle farmacie  |

Se fino ai 3 anni di età la pelle è molto delicata, dai 3 ai 6 anni inizia ad rinforzarsi perché inizia a sporcarsi di più. La detersione diventa fondamentale

così come la scelta dei prodotti che devono comunque rispettare le caratteristiche viste sopra. Il pH della pelle diviene lievemente più acido

Esempi di sostanze cosmetiche da evitare sono:

- tensioattivi schiumogeni: sodium lauryl sulfate e sodium laureth sulfate (e tutti i vari lauryl/laureth sulfate)
- conservanti: triclosan, -thiazolinoni, -glutaronitrile, imidazolidinyl urea, bromo-2-nitropropane-1,3-diol
- alcalinizzanti: trietanolammine, sodium hydroxide
- grassi sintetici: paraffinum liquidum, ptetrolatum, -methicone (siliconi), caprylic/capric trygliceride, mineral oil, isopropyl myristate

La paidocosmesi propone un numero vasto di voci che si possono raggruppare in 3 gruppi:

| <b>ETA'</b>                 | <b>COSMETICI</b>  |
|-----------------------------|---|
| Neonato<br>(1 mese di vita) | Olio detergente ed emolliente<br>Pasta dermica o crema antimacerativa<br>Polvere aspersoria   |
| Infante<br>(1 anno di vita) | Latte detergente ammorbidente<br>Crema lenitiva emolliente<br>Acqua di toeletta<br>Bagnoschiuma neutro<br>Polvere addolcente per il bagno |
| Fanciullo<br>(2 -12 anni)   | Detergente neutro non saponoso<br>Shampoo neutro<br>Latte o crema detergente  |

La continua cura ed attenzione che poniamo alla pelle giorno dopo giorno ci permette di mantenere a lungo la funzionalità del nostro organo che non ha solo semplice azione di protezione dall'ambiente esterno ma anche è un collegamento tra l'ambiente, le nostre emozioni ed il cervello.