

SKINCARE

CAFFÈ CORRETTO

Testo Cristiana Provera • Still-life Massimiliano De Biase

Resta l'ingrediente principe nella **LOTTA ALLA CELLULITE** e agli accumuli adiposi. Ma la schiera degli oppositori alla caffeina è in crescita: c'è chi ne riduce le dosi e chi la sostituisce, in tutto o in parte, con attivi marini. La partita, però, non è finita. Potrebbe solo spostarsi al sole

ECCITA. Ne sanno qualcosa i protagonisti di una diatriba finita persino sui banchi dell'Unesco. Pronta a inserire il caffè nella Lista dei patrimoni culturali immateriali dell'umanità, l'ONU si è trovata a fronteggiare un'accesa contesa sulla sua corretta dicitura: l'espresso tradizionale è "italiano" o "napoletano"? La decisione è stata rimandata alla sessione del 2022.

Dai banchi dell'Unesco ai banconi di profumerie e farmacie, la disputa cambia location, portata e significato, ma non scompare. Anche in ambito cosmetico, infatti, il caffè, o meglio la caffeina contenuta nei semi ha schiere di sostenitori e detrattori. E chiama a una scelta che, soprattutto in estate, è difficile rimandare. Proviamo a spiegare il perché.

La caffeina è un ingrediente chiave nel trattamento degli inestetismi cutanei della cellulite e, per la sua indiscussa capacità lipolitica e bruciagrassi, è un elemento importante per i prodotti studiati per supportare le diete dimagranti. Ma - ed ecco il ma - è stata a lungo demonizzata da chi soffre, per esempio, di problemi tiroidei.

«Sicuramente la caffeina è una molecola biocompatibile che influisce sugli ormoni tiroidei (T3 e T4), ma, se non esiste un limite di legge al suo impiego cosmetico, ci sarà pure una ragione», sottolinea Reginetta Trenti, responsabile marketing scientifico di BioNike, azienda cosmeceutica made in Italy nel cui portafoglio compaiono più prodotti per combattere buccia d'arancia e accumuli adiposi. «Come sempre», aggiunge l'esperta,

ESPRESSO DOC

Sfidano gli accumuli adiposi con caffeina pura Attack Serum Body Strategist di Comfort Zone (150 ml, € 60, in istituto) e Booster Anticellulite Cell Plus Alta Definizione di Bios Line (200 ml, € 32). La battaglia prosegue con ReduxCELL Intensive Drink di BioNike (10 flaconi da 30 ml, € 29,90, in farmacia). A concentrazione contenuta, Pep Bruciagrassi Zero di Bios Line (60 pillole, € 32).





ALTERNATIVE DECA

Per allenare il tessuto adiposo anche di notte, Defined & Fit 24 H Gel Crema Riduzione Intensiva di Germaine de Capuccini (500 ml, € 75, in istituto) e il Gel Lipo-Réducteur di LPG (200 ml, € 59,50, in istituto) attingono al plancton. Si affida alla centella il Booster Anti Cellulite di SkinLabo (200 ml, € 13) e al sandalo la Reshape-Cream Beautech (200 ml, € 36, in istituto).

un'intensa attività lipolitica quella rassodante e levigante. Sono capaci, infatti, di stimolare l'attività dei fibroblasti e la sintesi di collagene. Grazie alla loro presenza nella formula, la riduzione dell'accumulo di grasso nelle cellule adipose si combina a una migliore densità del derma.

Per Laura Agnolucci, responsabile della Ricerca & Sviluppo di Bios Line, però, non sarebbe corretto considerare questo tipo di attivi proprio come un'alternativa alla caffeina: «Le alghe non agiscono nello stesso modo, ma ne completano l'effetto. Le piante acquatiche agiscono, infatti, sul metabolismo per bruciare le riserve, aumentando i giri di un motore in folle, mentre la caffeina lo fa stimolando il sistema nervoso. I nostri laboratori hanno usato, per esempio, l'alga Sphacelaria, che contrasta la formazione di cellule adipose e la perdita di elasticità della pelle, e l'estratto marino di Crithmum maritimum, una pianta, non un'alga, che stimola la produzione di beta-endorfine».

POI C'È LA VIA del pepe rosa, percorsa da Melvita. Il brand francese di cosmetici bio ne ha fatto l'attivo principe di un Balsamo-inolio riducente, dopo che test in vitro realizzati dal fornitore della materia prima (Codif) hanno dimostrato che la potenza delle bacche rosa provenienti dall'Isola di Réunion sulla lipolisi sarebbe otto volte più efficace della caffeina. Del resto, la ricerca non si ferma. La stessa caffeina, estratta dai chicchi di caffè e da altre piante amazzoniche energizzanti come guaranà, cola, mate e tè verde, ha dimostrato di non avere solo un potere lipolitico. «Studi recenti hanno rilevato che è un antiossidante capace di contrastare i radicali liberi emessi dai raggi solari», conclude Trenti. La leggeremo presto nell'Inci, la lista degli ingredienti dei solari? Questa sarà un'altra storia.

«la tossicità dipende dalle quantità assunte, oltre che dalle intolleranze personali: in linea di massima, la concentrazione di caffeina usata nelle creme oscilla tra l'1 e il 3 per cento, ossia da uno a tre grammi ogni 100 di prodotto. Gli integratori ne sono più ricchi: il nostro Intensive Drink, per esempio, contiene otto milligrammi per dose giornaliera. Ma se pensate che in una tazzina di espresso ce ne sono circa 80...».

Nessun problema, dunque? A scanso di equivoci, Bios Line, azienda padovana specializzata in prodotti fitoterapici per la cura e il benessere della persona, di recente ha aggiunto al suo integratore storico Ultra Pep Bruciagrassi Forte la versione Zero, che contiene solo due milligrammi di caffeina (meno di un caffè decaffeinato) ed è stato pensato proprio per chi ha qualche chilo di troppo, ma soffre anche di tiroide o ha problemi di pressione.

Ma è possibile intervenire sulla lipolisi, rinunciando del tutto alla caffeina? Chi lo fa, collocandosi dall'altra parte della barricata, dice di sì, grazie a un prezioso gruppo di ingredienti. In particolare alghe, plancton e pepe rosa. «Non ricusiamo i poteri della caffeina, ma anche noi, per il nuovo Gel Rimodellante», sottolinea ancora Trenti, «abbiamo scelto due attivi delle profondità marine, le alghe rosse Jania rubens e Polysiphonia, che aggiungono a

© RIPRODUZIONE RISERVATA

AMICA - 163