

HOME > BELLEZZA > VISO E CORPO

Creme corpo: caffè o alghe contro la cellulite?

L'ingrediente principe nella lotta alla cellulite e agli accumuli adiposi ha sempre più oppositori: c'è chi ne riduce le dosi e chi la sostituisce con attivi marini



Combatte da sempre la cellulite e gli accumuli adiposi

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.

Donne

"È un momento fantastico per essere donne"

CARA DELEVINGNE

Caffè amico per la pelle: amato o demonizzato



«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.

ARTICOLI CORRELATI



**Creme corpo
rassodanti e
sculpting: la bellezza**



**Creme corpo
rassodanti contro
cellulite estate 2021:**



**Come eliminare la
cellulite alle
ginocchia? Esercizi**

[è senza misure](#)[foto novità](#)[fitness e rimedi per
la ritenzione idrica](#)

«Come sempre», aggiunge l'esperta, «**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.

L'alternativa? Aghe, plancton o pepe rosa



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 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».

Ultima frontiera: l'abbronzatura

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-in-olio 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 R union sulla lipolisi sarebbe otto volte pi  efficace della caffeina.

Del resto, la ricerca non si ferma. La stessa caffeina, estratta dai chicchi di caff  e da altre piante amazzoniche energizzanti come guaran , cola, mate e t  verde, ha dimostrato di non avere solo un potere lipolitico. «Studi recenti hanno rilevato che   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 sar  un'altra storia.

Amica   RIPRODUZIONE RISERVATA

**GUARDA LE FOTO**

Cellulite edematosa e fibrosa: foto, info e consigli per curarla

di **CRISTIANA PROVERA** | 11 GIUGNO 2021



CRISTIANA PROVERA Milanese per nascita, irrequieta e sognatrice per indole, approda al mondo di Amica nel 2014, dopo anni nel mondo dell'editoria finanziaria. Appassionata di storie e segreti, appena può scappa alla ricerca di spa e paradisi nascosti per scoprire nuove ricette di benessere. E rieducarsi a una vita in "slow motion".

TAG alghe, body shaping, brucia grassi, caffeina, creme anticellulite, plancton

