

Smagliature: prevenzione e trattamento

Cosa sono?

Le smagliature, dette più propriamente strie atrofiche, sono alterazioni della superficie della pelle, che presenta lesioni simili a sottili cicatrici ad andamento lineare, lunghe anche parecchi centimetri. Il colore delle lesioni dipende dalla fase evolutiva: appena formate sono di colore rosso-violaceo e in rilievo, per diventare poi, nel giro di qualche mese, bianco-perlacee e più sottili. Compaiono generalmente sulle cosce, sui fianchi, sui glutei, sull'addome e sul seno. Le lesioni possono manifestarsi a qualsiasi età, sebbene si riscontrino soprattutto nelle donne tra i 15 e i 30 anni, che ne sono colpite due volte più degli uomini, e in particolare durante la gravidanza e la pubertà

Quando e perché compaiono?

Una delle principali cause di questo inestetismo è la scarsa elasticità della pelle. La probabilità di comparsa di smagliature aumenta se a questa condizione di base si associa un rapido aumento o diminuzione di peso che si verifica in poco tempo: la brusca distensione cutanea, dovuta a repentini aumenti e cali di peso, produrrebbe infatti una rottura delle fibre di collagene e una trazione dei capillari con conseguente sofferenza dei tessuti.

Viene chiamato in causa anche l'aumento di alcuni ormoni (glucocorticoidi) che produce un danno a livello delle fibre di collagene e di elastina (che assicurano sostegno, elasticità e resistenza alla pelle), danno che si manifesta in superficie con la smagliatura.

Non è ancora chiaro se esiste una predisposizione genetica. Le condizioni che facilitano la comparsa di smagliature sono la crescita, la gravidanza (soprattutto a partire dal quinto mese), la pratica più o meno intensiva di sport, per l'aumento di volume della muscolatura. Anche una prolungata terapia con cortisone ad alte dosi o con anabolizzanti può provocare la comparsa di smagliature.

Come si formano?

La formazione di una smagliatura passa attraverso tre diverse fasi evolutive. Lo stadio iniziale è detto anche "fase ipertrofica o infiammatoria"; generalmente asintomatica, questa fase talvolta è accompagnata da prurito e bruciore. I fibroblasti, cellule essenziali dello strato profondo della pelle (derma), cessano la loro attività, determinando variazioni importanti della struttura stessa del derma; le fibre di collagene ed elastiche risultano alterate.

Nello stadio intermedio, detto anche "fase rigenerativa", compaiono strie rosso-violacee (strie rubre). In questa fase l'attività dei fibroblasti ricomincia ma le fibre di collagene rimangono lasse, disunite e a volte spezzate; le fibre elastiche si riducono oppure sono rotte o aggrovigliate.

Lo stadio terminale è detto anche fase di guarigione. Le strie diventano bianco-perlacee (strie albae): l'attività dei fibroblasti si normalizza e si formano nuove fibre di collagene ed elastiche. Il tessuto danneggiato si rigenera dando tuttavia luogo ad un tessuto del tutto simile ad una cicatrice

La prevenzione è la cura migliore

Data la mancanza di una terapia efficace, così come per molti altri inestetismi, la prevenzione, che dovrebbe cominciare il più precocemente possibile, rappresenta il provvedimento migliore. Per scongiurare o ritardare la comparsa di smagliature è consigliabile:

- § Non ingrassare, ma evitare anche dimagrimenti drastici: il recupero del peso che spesso fa seguito al dimagrimento troppo rapido produce un effetto "fisarmonica" deleterio per la pelle.
- § Una dieta povera di grassi e ricca di verdure e cereali integrali può contribuire a evitare il sovrappeso, a tonificare la pelle e, di conseguenza, a ridurre il rischio di smagliature.
- § Avere cura di mantenere sempre ottimale lo stato di idratazione della pelle; bere molta acqua (almeno 1,5 litri al giorno) aiuta a mantenerla idratata ed elastica. Inoltre l'applicazione di creme ad azione idratante ed emolliente, se praticata con regolarità, migliora i risultati.
- § Praticare attività fisica in modo regolare e costante.
- § Non fumare.

Come si curano?

Purtroppo a tutt'oggi non esiste nessun metodo o trattamento che consenta di eliminare le smagliature soprattutto se molto marcate e di vecchia data: una volta comparse, infatti, le smagliature rimangono.

Se si interviene precocemente, è possibile tuttavia limitare l'evoluzione di questi inestetismi. In caso di smagliature recenti, riconoscibili appunto dalla colorazione rosso-violacea l'applicazione giornaliera di cosmetici specifici (es, Rilastil Intensive, Somatoline Cosmetic, Lierac Phytolastil, ecc.) arricchiti in fitoderivati (come edera, equisetolo, centella), collagene, idrolisati di elastine e altre sostanze, può contribuire a prevenire la formazione di nuove smagliature e consente un miglioramento estetico, rendendo quelle presenti meno visibili. Questi cosmetici hanno anche la funzione di idratare e nutrire la pelle, che in questo modo resiste meglio agli stiramenti.

Un'alternativa ai tradizionali trattamenti antismagliature è l'applicazione di cosmetici contenenti di-idrossiacetone, la sostanza presente negli autoabbronzanti, che permette di mascherare il colore sia delle smagliature più vecchie (quelle madreperlacee) che di quelle più recenti (di colore rosa-rosso). L'effetto coprente si protrae per 4 o 5 giorni.

In tutti i casi, l'applicazione preventiva di peeling o scrub, che esfoliano lo strato cutaneo superficiale costituito da cellule morte, consente di levigare la pelle, rendendola più liscia e compatta e, nel contempo, migliora la capacità di penetrazione del prodotto cosmetico che verrà successivamente applicato. Laser, dermoabrasione e asportazione chirurgica sono trattamenti adottati nella medicina estetica. Anche con questi interventi, tuttavia, le possibilità di una eliminazione completa sono piuttosto ridotte.