

Abbiamo valutato l'efficacia di 15 creme antirughe. Vince la sfida un prodotto che costa meno di 3 euro.

Giovinchezza low cost



Il metodo del test

Un laboratorio altamente specializzato

Il test è stato effettuato in un centro specializzato nella valutazione della qualità dei cosmetici. Sono state selezionate 1.021 donne che hanno applicato i prodotti del test per un mese e si sono sottoposte alle analisi con i macchinari del laboratorio.

■ **Le istruzioni.** Ogni volontaria, 30 per prodotto, ha applicato mattino e sera per un mese un prodotto del test su metà del volto e sull'altra metà una crema standard (elaborata dal laboratorio, sulla quale sono stati collezionati dati di efficacia negli anni).

■ **Valutazione dell'idratazione.** La valutazione sul potere idratante delle creme è avvenuta grazie a un apparecchio, il corneometro, che misura il grado di idratazione della superficie cutanea. La misurazione è avvenuta prima del trattamento e dopo quattro settimane.

■ **Valutazione dell'efficacia antirughe.** Le foto che vedete qui a lato si riferiscono all'analisi più significativa di tutto il test, cioè la capacità di questi prodotti di appianare i segni del tempo. Le volontarie sono state sot-

toposte all'analisi Foits (Fast optical in vivo topometry of human skin), che permette di rilevare anche le più piccole modificazioni della pelle sull'area dove il prodotto è stato applicato grazie a una specie di fotografia tridimensionale. Il macchinario invia fasci di luce sulla zona da valutare e una fotocamera fotografa la zona. Le fotografie vengono poi elaborate da un computer che fornisce un'immagine a tre dimensioni. L'area su cui sono state fatte le misurazioni è quella per orbitale, quella cioè dove si formano le cosiddette rughe a "zampa di gallina".



MOLTE PAROLE: E I FATTI?

Le confezioni delle creme sono ridondanti di slogan pubblicitari che decantano effetti miracolosi. Alcuni esempi di cosa abbiamo trovato.

RISULTATI VISIBILI

- Immediatamente, una pelle più tonica ed idratata.
- In una settimana, il viso recupera compattezza +17%***
- In 4 settimane, le rughe sono ridotte.
- Rughe della fronte: -36%***
- Rughe del contorno occhi: -44%***
- La pelle ritrova la sua elasticità.

Risultati "visibili" e percentuali matematiche per farci credere che ciò che è scritto è provato scientificamente. Ma i numerosi asterischi specificano la più modesta portata di queste affermazioni.



Numeri e classifiche, garanzie di efficacia entro termini precisi. C'è davvero tutto per convincerci degli effetti portentosi di questa crema. Ma cosa significa riduzione di "1 grado" di rughe? All'interno della confezione viene svelato il mistero: il prodigioso grado in meno non è alcunché che si possa percepire a occhio nudo.

• **Effetto lifting rinforzato.**
all'associazione di acido ial.

Un altro accostamento tipico e decisamente forzato è quello di paragonare il cosmetico a un trattamento medico. In questo caso un lifting, e pure "rinforzato".



Per convincerci che stiamo facendo la scelta migliore scegliendo quella, ma proprio quella crema, ci informano che ha ricevuto un premio. Ma di cosa si tratta esattamente non è dato sapere.

Riempie dall'interno
anche le rughe
più profonde

Come fa, una crema, a riempire una ruga dall'interno? I cosmetici, in quanto tali, possono solo agire sulla superficie della pelle.



Un altro grande filone cavalcato da alcune case cosmetiche è quello della "naturalità". Ma questa affermazione, senza alcuna definizione codificata e univoca, ha scarso significato e dà una falsa idea di maggiore sicurezza.

Si fa presto a dire "antirughe". Molto più difficile passare dalle parole ai fatti. Perché, a discapito dello sforzo creativo milionario della pubblicità, nessuna crema, per quanto piacevole, profumata, costosa, con ingredienti eccezionali "frutto di anni di ricerca", è davvero in grado di riportare magicamente indietro le lancette dell'orologio. Al massimo ci darà una maggiore sensazione di comfort e, se anche modificherà il nostro viso, lo farà in modo impercettibile. Nessun cosmetico, per quanto formidabile, potrà mai eliminare i segni dell'età dovuti alla naturale perdita di tono che avviene con il passare del tempo. L'invecchiamento della pelle è scritto nel nostro Dna: basta guardare il viso dei nostri genitori per capire come diventeremo. E non si può certo pensare che una crema possa cambiare questo dato di fatto. Ma possiamo aspirare a un prodotto che, perlomeno, sia in grado di dare una buona idratazione e un aspetto migliore al nostro viso: se è vero che la maggior parte del valore di una crema antirughe sta nel suo investimento pubblicitario, è anche vero che non tutti i prodotti sono uguali. Il nostro rigorosissimo test (descritto nel riquadro alla pagina a lato) ne ha messi alla prova quindici, per valutare, tra le altre cose, anche la loro efficacia antirughe (non quella descritta in modo romanzato nelle riviste patinate). E ha scoperto la pentola delle illusioni facili, soprattutto di quelle vendute a caro prezzo: per quanto possa essere piacevole e apprezzato dalle donne, nessun prodotto contiene l'elisir della giovinezza.

Ne scopriamo delle belle

Nella scelta delle creme da valutare non abbiamo avuto pregiudizi. La parola conclusiva, infatti, è stata data alle prove effettuate su più di mille donne volontarie, che per un mese hanno spalmato sul loro volto i prodotti che abbiamo selezionato. Nella tabella che potete





CREME ANTIRUGHE											
MARCA e denominazione	PREZZI		Canale di vendita	CARATTERISTICHE			RISULTATI				QUALITÀ GLOBALE (su 100)
	In euro min - max (marzo 2014)	Medio per 50 ml		Quantità (ml)	Interferenti endocrini (propyl-, butylpar ben, OMC)	Sostanze che possono provocare allergie	Etichetta	Idratazione	Efficacia antirughe	Prova d'uso	
★ ● CIEN (Lidl) Crema giorno antirughe Q10	2,79	2,79	D	50	No	Sì	+	+	+	□	64
EUCERIN Hyaluron-filler	26,91	26,91	F	50	No	No	+	+	+	□	60
L'OREAL Revitalift	10,57 - 15,90	13,50	S	50	Sì	Sì	+	+	□	+	56
VICHY Liftactiv	31 - 33,77	33	F	50	No	No	+	+	□	□	55
NIVEA Q10 Plus antirughe	9,15 - 13,75	11	S	50	No	Sì	+	+	□	□	55
*VICHY Aqualia thermal	20 - 23	21,50	F	50	No	No	+	+	□	□	51
GARNIER Ultralift giorno	7,99 - 10,90	9,50	S	50	No	Sì	+	□	□	□	51
VENUS Effetto lifting	8,40 - 10,90	9,50	S	50	Sì	No	+	+	□	+	50
OLAZ Antirughe	6,20 - 9,98	8,50	S	50	Sì	Sì	+	+	□	□	50
CLARINS Multi régénérante jour	63 - 79,90	72	P	50	No	No	□	+	□	□	50
*NIVEA Pure&natural	6,14 - 9,30	8	S	50	No	Sì	□	+	□	□	49
LANCÔME Rénergie multi lift	90,40 - 97,50	94	P	50	No	Sì	□	+	□	□	48
WELEDA Melograno giorno	19 - 20,95	34	F	30	No	Sì	+	-	□	□	45
CLINIQUE Youth surge	52 - 57,95	56	P	50	Sì	No	□	-	□	□	44
ROC Retin-ox rides correxion	29 - 39	43	F	40	Sì	No	+	-	□	□	41

Leggere la tabella

Marca e denominazione I prodotti preceduti dall'asterisco sono venduti come semplici creme idratanti.

Prezzo medio a confezione Il prezzo medio è frutto di una rilevazione in 14 punti vendita di 4 città: Milano, Roma, Napoli e Bari.

Canale di vendita D: discount; F: farmacia; P: profumeria; S: supermercato.

Interferenti endocrini I prodotti "sì" contengono uno o più ingredienti considerati perturbatori endocrini (indichiamo anche il nome tecnico che trovate nell'elenco degli ingredienti), cioè in grado di alterare l'equilibrio ormonale. In generale, consigliamo di evitare gli ingredienti che indichiamo nei prodotti cosmetici cosiddetti "leave-on", quelli

cioè che non si risciacquano, come appunto le creme. Soprattutto nei bambini e nelle donne in gravidanza.

Sostanze che possono provocare allergie I prodotti "sì" contengono sostanze, principalmente profumazioni come linalool, citronellool..., anche di origine naturale, che possono provocare reazioni cutanee di tipo allergico nelle persone sensibili.

Prova d'uso Oltre all'efficacia misurata con strumentazioni oggettive, alle volontarie è stato chiesto un parere soggettivo sulla piacevolezza della crema (accettabilità cosmetica) e sulla percezione della sua efficacia. Buona quasi sempre la prima, mediocre la seconda.

★ Ottimo + Buono □ Accettabile - Mediocre ● Pessimo ■ Qualità buona



Questa crema non è efficace quanto il nostro Miglior Acquisto e ha un costo più elevato, ma è seconda in classifica ed è più adatta a chi non tollera le profumazioni che possono provocare allergie.



LA NOSTRA SCELTA



64

CIEN Crema giorno antirughe Q10

La crema (Lidl) ha un ottimo potere idratante e la migliore efficacia antirughe secondo le prove strumentali. Non convince del tutto le nostre volontarie, però, nella prova d'uso. **2,79 €**



consultare qui a fianco trovate la nostra classifica. I giudizi sono basati principalmente su due analisi oggettive, la prova di capacità di idratazione e di efficacia antirughe (per farle sono stati utilizzati macchinari sofisticati) e sul giudizio di gradimento delle volontarie, perché una crema deve anche essere piacevole da “indossare”.

A vincere a sorpresa la sfida della crema più efficace non c'è un marchio blasonato, nè un prodotto a più zeri, ma una molto democratica crema in vendita nel discount Lidl a poco meno di tre euro. Siete scettici? Eppure è così: la crema antirughe Cien Q10, prodotta nel laboratorio tedesco Win Cosmetic, ha una piccola marcia in più rispetto alle altre, soprattutto per quanto riguarda la sua efficacia antirughe. Una conferma del fatto che la qualità di questo tipo di prodotti non la fa un solo ingrediente magico o costosissimo (il cosiddetto “ingrediente attivo” che viene molto pubblicizzato), bensì l'insieme delle caratteristiche della formula.

Al contrario, il prodotto più caro, Lancôme Rénergie Multilift, ha ottenuto un punteggio molto basso, posizionandosi agli ultimi posti della classifica.

Ma le scoperte interessanti non finiscono qui: volevamo mettere

Come interpretare i simboli in etichetta

Pao: periodo dopo l'apertura. Il simbolo del barattolino aperto indica il numero di mesi che possono passare dall'apertura del prodotto senza che questo subisca variazioni (odore, colore, consistenza).

Dopo questo periodo il prodotto è da considerarsi scaduto.

I cosmetici che hanno vita breve (meno di 30 mesi), invece, riportano sulla confezione la data di scadenza. A volte possono essere presenti entrambe.

Quantità del prodotto. Significa “circa” e precisa che potrebbero esserci piccole variazioni rispetto al peso dichiarato, ma il contenuto rispetta i criteri di stima previsti dall'Ue.

Avvertenze. Non sempre presente, un foglio aperto con una mano che ne segue le indicazioni significa che ci sono alcune informazioni importanti sul prodotto che non sono state riportate sull'imballaggio esterno.

Riciclo imballaggio. Alcuni simboli, come l'omino che getta i rifiuti, le frecce doppie o triple, si riferiscono alle modalità di smaltimento dell'imballaggio, al fatto di non disperderlo nell'ambiente e alla possibilità che questo venga riciclato.

COSA C'È DENTRO

LE SOSTANZE ATTIVE

La differenza tra una semplice crema viso idratante e un prodotto anti-età è la presenza dei cosiddetti ingredienti "attivi" pubblicizzati per la loro capacità di contrastare l'invecchiamento cutaneo. La maggior parte di essi possiede attività antiossidante, ma la vera differenza nell'efficacia di una crema la fa la totalità della sua composizione non il singolo ingrediente.

AL PRO-RETINOLO DERIVATO DALLA NATURA

La vitamina A, o retinolo, è molto utilizzata nella cosmesi anti-età. Dovrebbe stimolare la rigenerazione cellulare e migliorare la produzione di collagene del derma. C'è in quattro prodotti del test: Garnier, L'Oreal, Roc e Venus. Negli ultimi anni sono stati sollevati dubbi sull'utilizzo dei retinoidi nei cosmetici, per via del loro effetto fotosensibilizzante e irritante. La forma più attiva di questa vitamina è l'acido retinoico, consentito però, solo come ingrediente di alcuni farmaci (per esempio per la cura dell'acne).

L'azione del PHYTO-LIFT amplificata dalla Vitamina E e microcapsule che ne cons

La vitamina E, o tocoferolo, è spesso abbinata alla vitamina A, perché è in grado di contrastarne l'effetto sensibilizzante. Anche questa vitamina è un antiossidante liposolubile (si scioglie nel grasso). Presente soprattutto nei semi oleaginosi, può essere ampiamente integrata con l'alimentazione.



+ ELASTI-FLEX



Sulle etichette compaiono spesso nomi di sostanze o complessi che vogliono accostare il prodotto alle più innovative tecnologie della scienza.

Al consumatore non è dato sapere di cosa si tratta, anche perché spesso si tratta di formule brevettate e coperte dal segreto industriale.

Ma se si guarda la lista degli ingredienti si scopre che, qualunque cosa sia, nella maggior parte dei casi gli ingredienti presenti sono quelli più comuni, utilizzati da moltissimi laboratori.



Il coenzima Q10 (nell'elenco degli ingredienti lo trovate sotto la dicitura "ubiquinone"), è una piccola molecola presente in tutte le cellule del nostro corpo con azione antiossidante. Si trova soprattutto negli alimenti di origine animale.

Con Acido Ialuronico e Saponina

L'acido ialuronico è una molecola proteica presente nel nostro derma.

Questa sostanza è in grado di trattenere grandi quantità di acqua ed è un valido lubrificante dell'ambiente cellulare.

Proprio per queste caratteristiche viene utilizzato anche in medicina cosmetica come "filler" riassorbibile delle rughe. Nelle creme, invece, ha solo un effetto idratante, perché si ferma negli strati superficiali della pelle.

> alla prova questo tipo di creme con alcune semplici creme idratanti, per capire se effettivamente quelle antirughe hanno una marcia in più. E ancora una volta l'immagine patinata, il sogno pubblicitario, viene smentito dai fatti, perché le due creme idratanti si comportano alla stregua, in alcuni casi meglio, di alcuni famosi prodotti anti-età.

Consumatrici deluse

Ricordatevi comunque che qualsiasi crema antirughe, anche la più nobile, ha solo un'azione limitata. Essendo un cosmetico e non un trattamento medico-estetico, la sua azione si ferma ai livelli più superficiali dell'epidermide. Non è

quindi in grado di agire né rimpolpare immediatamente "dall'interno", come un vero e proprio filler medicale. Non a caso, le volontarie che hanno partecipato al nostro test, dopo un mese di trattamento, sono rimaste complessivamente deluse dai risultati ottenuti, dichiarando scarsa fiducia in questi prodotti.

Prevenire prima di tutto

La comparsa delle rughe è un fenomeno inevitabile causato dai continui e involontari movimenti che il nostro viso compie quotidianamente e dalla perdita di tono ed elasticità della pelle che avviene con il passare degli anni. Ma è

anche studiato che alcuni fattori, come l'esposizione ai raggi solari e il fumo, sono potenti acceleratori dell'invecchiamento cutaneo.

Secondo uno studio americano se si fumano 35 pacchetti di sigarette in un anno (circa 3 al mese, solo 2 sigarette al giorno) e ci si espone anche al sole per due ore al giorno, il rischio di invecchiamento precoce è 11,4 volte superiore rispetto a chi non fuma e a chi prende meno tintarella. Per questo, prima di correre in profumeria a comprare creme e sieri, è importante essere consapevoli che il nostro stile di vita è il primo alleato, o nemico a seconda dei casi, della nostra pelle. ❤️