



Occhiaie: come gestirle

Nove persone su dieci scoprono, ad un certo punto della vita, di avere degli sgradevoli **aloni scuri** intorno agli occhi. Le **occhiaie**, come comunemente questi aloni vengono definiti, possono essere un fenomeno transitorio, dovuto in genere ad uno stile di vita stressante, oppure divenire una sgradevole alterazione permanente, per effetto dell' invecchiamento e dell' assottigliamento cutaneo che ne deriva. Altre cause possono essere il fumo, l' eccessiva

esposizione al sole, una dieta non corretta, allergie, gravidanza, problemi circolatori o, molto spesso, la semplice carenza di sonno.

Cosa fare

Se la causa delle occhiaie è eliminabile, basterà utilizzare alcuni semplici **accorgimenti di emergenza**, come le classiche fette di cetriolo sugli occhi. Nei casi più resistenti sarà necessario ricorrere ad un **makeup specifico**, mentre gli **interventi di chirurgia estetica** andranno considerati soltanto in quelle situazioni in cui possono essere efficaci, e per le quali non esiste ovviamente un rimedio meno invasivo.

Trattamenti "di emergenza"

Applicare delle fette di cetriolo o delle bustine di tè sugli occhi sono trucchetti ben noti, spesso utilizzati anche dalle modelle. La loro azione consiste nella **riduzione del gonfiore**, per un breve periodo di tempo. E' anche possibile ricorrere ad un asciugamano freddo che, tenuto sugli occhi per almeno dieci minuti, causerà una **leggera vasocostrizione**, schiarendo momentaneamente i tessuti.

Il makeup per le occhiaie

La tattica di **makeup più efficace per occultare le occhiaie** e gli aloni scuri intorno agli occhi prevede:

- Cominciare applicando sulle aree più scure uno stick giallo chiaro (per nascondere il colore blu o grigio), oppure uno stick blu o malva (se le aree scure tendono al marrone)
- Scegliere un correttore di una tonalità più chiara rispetto al fondotinta che si userà per il viso, ed applicarlo sulle zone trattate con lo stick ed in genere al di sotto degli occhi
- Applicare il fondotinta sul viso sfumandolo con accuratezza nella zona dove è stato applicato il correttore, in modo da fondere le due diverse tonalità di colore
- Applicare una crema brillante (ottime per questo scopo quelle contenenti microparticelle riflettenti) o una matita chiara all'angolo interno dell'occhio, che è in genere il punto più scuro
- Evitare assolutamente il mascara sulle ciglia inferiori, per evitare di attirare lo sguardo sulla zona e, soprattutto, per non renderla ancora più scura

La chirurgia estetica per le occhiaie

La **blefaroplastica tradizionale** è in grado di eliminare le borse e l'eccesso cutaneo al di sotto degli occhi. Questo tipo di intervento produce un ringiovanimento del viso e dello sguardo, ma non elimina gli aloni scuri intorno agli occhi se non in parte. Alcune tecniche più moderne di **blefaroplastica conservativa** ("fat sliding blepharoplasty", "arcus marginalis release", ecc.) sono efficaci nella riduzione dell'alone scuro all'altezza del bordo orbitario inferiore ed andrebbero preferite alla blefaroplastica tradizionale, ma non sono in grado di correggere i difetti dovuti alla pelle troppo sottile e trasparente. In quest'ultimo caso è possibile ricorrere alla **lipostruttura** (o lipofilling strutturato), che consiste nell'impianto di microinnesti adiposi (prelevati dallo stesso paziente) nella zona da trattare. Per quanto efficace, la lipostruttura per la correzione delle occhiaie determina con una certa frequenza (circa 30% dei casi) piccole irregolarità della superficie cutanea trattate, e per questo motivo non è un trattamento molto diffuso.

Altri trattamenti

Raramente gli aloni scuri possono essere dovuti ad **iperpigmentazione cutanea**. In questi casi il medico potrà prescrivere delle **creme schiarenti** (in genere a base di idrochinone e/o acido cogico), oppure dei **peeling superficiali** (acido glicolico).