

# IL COMPLESSO UNIVERSO FEMMINILE E IL TRASCORRERE DEL TEMPO



**Angela Noviello**

DIRETTORE ITALIA,  
FORMATORE E COORDINATORE EUROPA  
OTI ONCOLOGY ESTHETICS

## Invecchiare sì, ma come?

Il tempo della vita è scandito da fasi ben definite: la fase dell'apprendimento, quella del lavoro e quella del riposo. La loro sequenza lineare consente di identificare le fasi come prima, seconda e terza. Per questo oggi si parla sempre più sovente di "terza età". Questa espressione ha sostituito a poco a poco il termine vecchiaia, evitando di far coincidere questa fase della vita con il decadimento, donandole nuovi significati. I fattori che hanno contribuito a dare alla terza età una connotazione positiva sono stati l'allungamento della vita, uno stato di salute migliore rispetto a un tempo, una riduzione della fatica nel lavoro, una migliore alimentazione ed educazione generale. Tutto ciò consente di concepire la terza età non come una fase residua che segue la seconda ma un *periodo ricco di elementi nuovi*. È una fase della vita nella quale esiste un potenziale di conoscenze, di esperienza e di energia, che può essere utilizzato a favore della crescita e dell'aumento di benessere individuale e sociale. È l'età dove si può sperimentare la libertà, che nelle precedenti fasi della vita non si è potuto esercitare pienamente per via di impegni inderogabili legati ad esempio all'attività lavorativa. Nella terza età l'organizzazione del tempo spetta maggiormente alla persona, in funzione dei suoi bisogni esistenziali, orientati verso la ricerca della salute e del *benessere fisico e psicologico*. Invecchiare oggi non è soltanto negativo, anzi, si colora di aspetti positivi.

### Cos'è oggi la femminilità e come riscoprirla?

Partendo dal presupposto che la femminilità è un concetto soggettivo ovvero che ogni donna può interpretare e vivere in maniera diversa, oggi è un tripudio di emozioni.

Un tempo la donna esercitava il suo potere entro i limiti della sfera domestico-affettiva.

Oggi la donna ha assunto un ruolo attivo in tutti i settori della vita: ha saputo trasformare il buon senso con cui gestiva le risorse umane familiari, in *capacità manageriali*; mentre le sue doti di *intuizione e sensibilità* che la vedevano spesso mediatrice nei rapporti affettivi, la rendono oggi anche in ambito professionale molto abile e diplomatica nelle dinamiche relazionali. Questa nuova situazione pur essendo gratificante, le ha però creato anche delle problematiche, dovute al fatto di rivestire molti e diversificati ruoli nella sua quotidianità: la donna spesso entra in conflitto con retaggi culturali che ostacolano la realizzazione dei suoi obiettivi; inoltre si trova talvolta a misurarsi con una società non ancora pronta ad accettare i suoi nuovi ruoli. Oggi diventa fondamentale per la donna *riscoprire la propria femminilità* conciliando con intelligenza e sensibilità la vita privata con quella professionale, senza mai rinunciare alla propria realizzazione in ambito lavorativo e senza trascurare le proprie passioni e i propri sogni.

### Ormoni. Quali effetti sulle donne e come agiscono sulla pelle

Negli ultimi anni è cresciuta la consapevolezza che l'invecchiamento della pelle dipenda sia da *fattori estrinseci* cioè ambientali sia da *fattori intrinseci*, ovvero genetici e ormonali.

Per quanto riguarda i fattori ambientali, un corretto stile di vita e la prevenzione sono fondamentali per contrastare l'invecchiamento cutaneo. Anche sul lato dei fattori intrinseci è possibile intervenire fornendo alla pelle quelle sostanze che le consentano di mantenersi giovane. *Dal punto di vista ormonale* un fattore chiave nel processo d'invecchiamento della pelle è la progressiva riduzione della produzione di **ormoni estrogeni**, da cui dipende la maggior parte dei primi cambiamenti cutanei visibili, nella fascia di età tra i 40 e 50 anni, per subire un'accelerazione dopo la menopausa con la formazione di



rughe, una ridotta elasticità e compattezza della pelle, una ridotta capacità rigenerativa, disidratazione, ridotto spessore cutaneo e fragilità capillare. Per questo la possibilità di integrare direttamente nella pelle *composti ormonali o ad azione ormono-simile (fitocomposti)* mediante formulazioni cosmetiche *personalizzate*, rappresenta una strategia efficace di cura e prevenzione dell'invecchiamento cutaneo. In presenza di ormoni estrogeni infatti si assiste a notevoli miglioramenti come l'aumento della sintesi di collagene e delle fibre elastiche, la riduzione dell'infiammazione locale, il miglioramento della cicatrizzazione. *L'estriolo*, ad esempio, è un *ormone estrogeno* molto importante nella donna per il mantenimento dell'*elasticità cutanea*. In generale, gli ormoni segnano i diversi passaggi della vita femminile: il loro equilibrio per la donna è fondamentale.