

## Vitamina A (Retinolo)

La vitamina A, o retinolo, si presenta come un olio molto denso, di colore giallo, solubile nei grassi, negli olii essenziali e olii vegetali, insolubili in acqua. A<sup>^</sup> termolabile, quindi facilmente alterabile per l'azione del calore e della luce. In natura si trova nell'olio di pesce, nel fegato e nel tuorlo d'uovo, nel latte e nei formaggi. Sotto forma di carotene o provitamina A A<sup>''</sup> abbondante in tutte le verdure e frutta verdi o gialle.

A livello organico attiva lo sviluppo delle ossa e della riproduzione embrionale, attenua i disturbi visivi, protegge e mantiene l'integrità dei tessuti epiteliali. Vitamina A A<sup>''</sup> quindi importante anche per l'integrità delle unghie e dei capelli. Viene utilizzata di solito nei cosmetici sotto forma del suo sale palmitato, molecola piA1 stabile. Per stabilizzarne maggiormente l'attività viene utilizzata assieme alla Vit. E, antiossidante.

Le proprietà della Vit. A, a livello cutaneo, possono essere così definite:

agisce a livello dello strato corneo come riepitelizzante e rigenerante, ammorbidente e levigante, e sulle ghiandole sebacee normalizzando la secrezione sebacea della pelle grassa;

favorisce inoltre il rassodamento della pelle;

A<sup>''</sup> una vitamina anti-età, in quanto ostacola l'invecchiamento cutaneo e l'attività della collagenasi.

Nel processo di invecchiamento cutaneo la pelle si riduce di spessore e si assottiglia a causa della sua ridotta attività mitotica. Trattando la pelle con prodotti contenenti una corretta dose di Vit. A si ha un aumento della proliferazione delle cellule epidermiche e relativo spessore epidermico. La vitamina A quindi A<sup>''</sup> indicata per il trattamento della pelle secca, sciuata e meno giovane, per la pelle grassa e anche come protettiva antisolare, abbinata a filtri specifici.

Il derivato acido della Vit. A A<sup>''</sup> l'acido transretinoico, di utilizzazione dermofarmaceutica (non cosmetica), per la cura dell'acne e della pelle senescente.

Grazie alla sua azione levigante, l'acido retinoico rigenera e minimizza macchie e rughe e stimola la sintesi del collagene. A<sup>^</sup> perA2 un prodotto fotosensibilizzante e irritante che puA2 originare dermatiti, eccessiva secchezza e desquamazione.

La vit. A, la cui forma piA1 stabile utilizzata in cosmesi A<sup>''</sup> il Retinil Palmitato, oltre ad avere un effetto antiossidante, agisce anche sull'epidermide e sul derma in senso normalizzante e rigenerante.

(testo tratto dal libro I MIEI COSMETICI® edito dalla Dr. G. HUNGER-RICCI Edizioni Ricerche)