

di Martina Manfredi  
artworks @acool55

BEAUTY 316 SOS

# BLACK FUTURE

## L'INQUINAMENTO STA SUPERANDO TUTTI I LIMITI. ANCHE QUELLO DELLE MURA DI CASA.

Per salvaguardare l'aria indoor e aiutare la pelle a respirare si può ricorrere a "piacevoli" strategie purificanti

Se fino a qualche anno fa era la cosa più scontata del mondo, di recente è diventata un bene sempre più raro e prezioso. Al punto da creare addirittura un business. Sì, perché oggi l'aria pura ha un prezzo. La start up canadese Vitality Air e quella svizzera Swissbreeze, per esempio, imbottigliano aria pura proveniente da luoghi considerati incontaminati che poi vendono sotto forma di bombolette a circa 20 dollari. Soprattutto in Cina, dove c'è più bisogno di respiri puliti. Nate per scherzo, queste società si stanno espandendo dimostrando l'enorme entità di uno dei più grandi problemi del nostro tempo: la crescita mondiale dell'inquinamento.

**TORINO, MILANO, NAPOLI: SORVEGLIATE SPECIALI** In Italia l'81% della popolazione vive in città che superano il livello massimo di PM 2,5 (le polveri sottili) stabilito dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (fonte: Viias). Anche per questo l'Unione Europea ci ha bacchettato perché non stiamo rispettando le regole sugli standard della qualità dell'aria. Ma se dello smog di strada ne abbiamo almeno consapevolezza, in pochi sanno che anche tra le mura di casa non si è al sicuro. Secondo l'OMS il principale fattore di rischio ambientale per la salute è infatti l'inquinamento atmosferico esterno sommato a quello domestico, meno conosciuto





BEAUTY 318 SOS

ma non meno pericoloso, dato che ogni persona trascorre tra l'80 e il 90% della giornata all'interno di edifici, respirando circa 22.000 volte. Alle onde elettromagnetiche di radio, TV, telefoni ed elettrodomestici, a inquinare l'aria di casa si aggiunge un lungo elenco di sostanze e fattori: fumo, processi di combustione, vernici, truciolo dei mobili, stampanti, radon (gas radioattivo prodotto dal suolo sottostante l'edificio), batteri che proliferano in condizionatori, impianti di riscaldamento e umidificatori, ma anche composti organici come formaldeide, benzene, toluene, ossidi di azoto e di zolfo, monossido di carbonio e polveri sottili. Risultato: se stare fuori e arieggiare la casa non sempre fa bene, chiudersi dentro non è la soluzione.

**BELLE ED EFFICACI** Per questo le ultime innovazioni tecnologiche si stanno concentrando sul nostro bisogno crescente di depurare l'aria: al Ces, la fiera dell'elettronica di consumo che si svolge ogni anno a Las Vegas, i progetti che mettono l'intelligenza artificiale al servizio della qualità atmosferica domestica sono sempre di più. Tra questi, una start up italiana ha ricevuto anche il finanziamento dell'Unione Europea per sviluppare il suo *Clairy*, un vaso smart che amplifica le naturali proprietà di decontaminazione delle piante (*clairy.com*). «Il movimento detox dal campo del cibo si è spostato in quello atmosferico, decretando il successo dei purificatori domestici e la moda delle piante da appartamento», si legge nello studio "Pinterest 100", una lista di tendenze stilata ogni anno da Pinterest, appunto. Tra i metodi di purificazione, infatti, quello di creare angoli verdi in casa è il più diffuso anche perché, oltre a essere economico, è funzionale all'arredamento. Ovviamente bisogna scegliere le piante giuste, sia per qualità che per aspetto. «Le più adatte agli ambienti interni sono le piante provenienti da aree geografiche calde e umide. Creare un gruppo è meglio di lasciare un esemplare

isolato, ma non bisogna mischiare troppe specie», spiega la green designer Sonia Santella (*soniasantella.houzz.it*). Anche la posizione conta: entrando in casa, nell'ingresso la green designer suggerisce piante come «Pothos, Croton, Filodendro e Aucuba». Arrivando al soggiorno servono «arbusti dal portamento eretto e slanciato, che possano diventare un punto focale enfatizzando gli arredamenti circostanti: a questo scopo sono perfette la Kenzia, la Zamio-culcas, la Monstera o la Dracaena marginata». In bagno invece resistono bene le specie che amano l'umidità, «come la Felce e in particolare la Capelvenere», mentre in camera da letto, contrariamente a come spesso si crede, le piante non sono nocive: «Vedo bene le Orchidee, discrete ed eleganti». Il segreto delle composizioni? «Trovare un giusto equilibrio tra le forme slanciate e quelle più compatte, giocando anche con le luci e i colori, che risaltano meglio sugli sfondi scuri», conclude Santella.

**CONTA L'ESSENZIALE** Quando non si usano le piante, per purificare l'ambiente sono utili anche i loro oli essenziali, ormai così noti e amati che non basta più respirarli: si vogliono addirittura mangiare, come dimostrano le mode del "Lavender Latte", il latte alla lavanda, e dei dolci e gelati aromatizzati alla rosa. «Usare gli oli essenziali per

### THINK GREEN: LE PIANTE DA SCRIVANIA

In ufficio le piante possono stimolare la creatività e ridurre lo stress. «Sulla scrivania sono ideali piccole succulente come l'Euphorbia tirucalli, oppure la Pilea peperomioides. Sulle mensole si possono alternare delle ricadenti, come Felci ed Edera, alla Zamio-culcas», consiglia la green designer Sonia Santella (*soniasantella@gmail.com*)

cambiare l'aria e creare una certa atmosfera è una pratica comune da secoli: per distruggere la tensione della morte gli antichi bruciavano la salvia bianca o usavano l'olio essenziale di melissa», racconta Maurice Cereghini, pranoterapeuta, naturopata e, come si descrive lui, consulente energetico (*Iugano@mauricecereghini.com*). Partendo dal presupposto che ogni essere vivente, comprese le piante, ha le sue energie, Cereghini spiega come gli ambienti possono influenzare chi li vive: «I luoghi portano con sé dei ricordi, che sono le energie delle presenze vitali che li hanno vissuti, di persone che magari non ci sono più; hanno una memoria del dolore».

**GRANDI PULIZIE** Per "resettare" questa memoria è importante pulire l'aria che si respira: «Nella casa di una persona depressa o che ha avuto un lutto userei l'olio essenziale di pompelmo, rinvigorente, o il sale, purificante (da qui la moda delle lampade al sale dell'Himalaya che funzionano da ionizzatori naturali, ndr). Per tutti, consiglio di sbattere, girare e arieggiare di tanto in tanto il materasso, dato che il letto è uno dei luoghi dove stiamo di più e quindi più carico di energie. Anche cambiare aria nelle stanze in cui è successo qualcosa di spiacevole è una buona abitudine: aprire una finestra dopo un litigio è un gesto tanto simbolico quanto efficace», continua il pranoterapeuta. Infine, l'immagine del gatto che si accoccola ai piedi del malato per Maurice Cereghini ha una spiegazione chiara: «I gatti sono attratti dalle energie negative, come l'aura delle persone che stanno male, e hanno il potere di trasformarle in positive».

**OSSIGENO A 360°** Tornando alla parte più scientifica dell'aria, quella che respiriamo fuori e dentro casa ha conseguenze anche sulla pelle. Se il nostro organismo respira con i polmoni,

## CAMBIARE L'ARIA "DENTRO"

Dall'alto. Eau d'Hadrien Diffusore Ambiente di Annick Goutal (€ 78):

rilascia nell'aria un mix agrumato di limoni, cedro e cipresso.

Profumo d'Ambiente Foglie di tè di Acqua di Parma (€ 61): benessere da vaporizzare.

Dyson Pure Hot Cool Link (€ 599): purificatore e termoventilatore che cattura

gas e particelle inquinanti.

Maeve di Danhera (€ 35): jus per l'ambiente a base di narcisi, lillà e legni nobili in omaggio al Monte Bianco.

Diffusore di essenze ad ultrasuoni di Anna

Paghera (€ 125): le sue onde ultrasoniche trasformano l'acqua in bruma ionizzata, profumando fino a 7 ore.



## DAI MONTI AL SALOTTO

L'ULTIMA MODA TRA IL DESIGN E IL BENESSERE? LE LAMPADE AL SALE DELL'HIMALAYA CHE FUNZIONANO DA IONIZZATORI NATURALI

la pelle respira invece grazie ai mitocondri. Questi piccoli organi usano l'ossigeno per dare alle cellule cutanee l'energia necessaria a svolgere le loro funzioni, ma anche per restituire struttura e pienezza. L'ossigeno quindi è essenziale per l'aspetto del viso e la sua contaminazione ha ripercussioni dirette: oggi sempre più persone hanno una pelle sensibile o comunque sensibilizzata (cioè che reagisce più facilmente ad alcuni ingredienti e temperature) dallo stress ambientale. La cosmetica si è adattata all'emergenza puntando da una parte a calmare e rinforzare con ingredienti naturali e dall'altra a ridare la giusta quantità di O2 con l'ossigenoterapia estetica. A Milano la novità contro lo smog urbano è il trattamento express per il viso che associa ossigenoterapia e LPG, da fare negli Skincare Bar di Sephora (in corso Vittorio Emanuele e corso Buenos Aires): 10 minuti di **endermologie** per rassodare e levigare, 3 minuti di ossigenoterapia per un assorbimento ottimale dei principi attivi e applicazione finale di cosmetici su misura.

**TEXTURE SPECIFICHE** «A meno che non si viva in campagna, l'inquinamento atmosferico e domestico sono associati, perché basta aprire una finestra per far entrare le polveri sottili che sulla pelle penetrano attraverso i pori, insinuandosi negli spazi tra le cellule», spiega Antonino Di Pietro, direttore dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis Milano ([www.istitutodermoclinico.com](http://www.istitutodermoclinico.com)). La sensibilizzazione cutanea si crea nel momento in cui, per proteggersi, c'è un sovraccarico di lavoro da parte del sistema immunitario: «La pelle reagisce a contatto con queste sostanze inquinanti dilatando i vasi capillari per far arrivare più sangue e difendersi meglio. La frequente vasodilatazione però finisce per

## AROMI DOVE NON TE LI ASPETTI

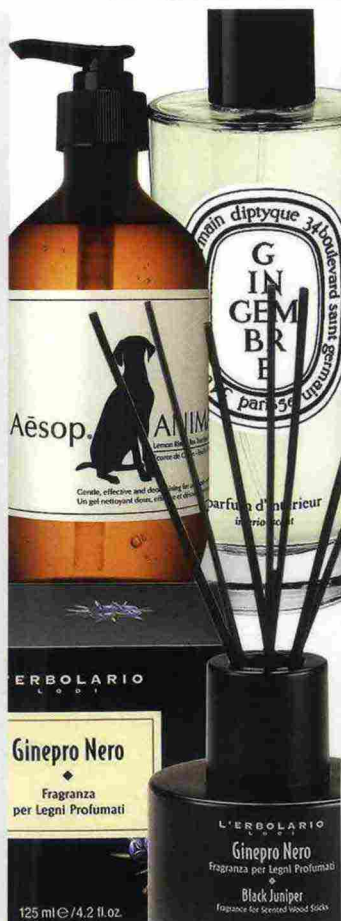
Dall'alto. Tree House di Byredo (€58): profuma di bamboo, fieno e legno di cedro,



## LUOGHI E RICORDI

COME SPRIGIONARE LE ENERGIE POSITIVE IN CASA? MELISSA, POMPELMO. E UN GATTO ACCOCCOLATO SUI PIEDI...

come la casa sull'albero dei sogni dei bambini. Spray per Ambienti Ginepro di Diptyque (€48): il suo jus allo zenzero rinfresca stanze, guardaroba, tende e tessuti, e accentua l'odore di ogni candela. Animal di Aesop (€30): delicato detergente per il pelo degli animali con plus deodoranti. Ginepro Nero Fragranza per Legni Profumati di L'Erbolario (€18,90): i suoi bastoncini, rivitalizzano l'atmosfera e lo spirito con le note agrumate e legnose del ginepro nero.





indebolire i vasi sanguigni creando eritemi, rossori e couperose, o anche reazioni allergiche e pelle sensibile con sempre maggiore facilità», continua il professore. Visto dall'esterno questo stress ossidativo porta a una sofferenza cronica delle cellule che le fa invecchiare prima, ecco perché la cosmetica si è concentrata su texture specifiche che aiutano la pelle a difendersi e rigenerarsi.

## MASCHERE ANTI-SMOG

RESVERATROLO, CERAMIDI E FOSPIDINA: GLI INGREDIENTI NATURALI CHE CALMANO LA PELLE SENSIBILIZZATA E LA RIGENERANO

**APP SALVA PELLE** Resveratrolo, aphloia, moringa e avena sono alcuni degli ingredienti di origine naturale più sfruttati, insieme ai probiotici, le ceramidi e la fospidina. «Quest'ultima è l'innovazione più recente nel settore cosmetico ed è un composto attivo dalla potentissima azione rigenerante, formato dall'unione di fosfolipidi estratti dalla soia e glucosamina», spiega il dottor Di Pietro. Oltre alle creme, anche lo stile di vita conta: «Quando la pelle è sensibilizzata bisogna fare attenzione a non surriscaldarla evitando, oltre al fumo, di usare acqua troppo calda e di stare vicino a caloriferi, camini, ventole e bocchettoni di aria calda. A tavola invece è bene evitare cibo piccante e superalcolici». Tenere tutto sotto controllo si può: le app per l'analisi della pelle da una parte e quelle per il monitoraggio della qualità dell'aria dall'altra sono già una realtà. Ora però aspettiamo l'app che le metterà insieme, per dare consigli skincare personalizzati in base alla latitudine e al suo grado di inquinamento.

## VERDE ANTI GRIGIO

Dall'alto. **Slow Âge Nuit di Vichy** (€ 37,50): combatte lo stress ossidativo con lo 0,25 di resveratrolo puro. **Elixir Jeunesse Siero Doppia Azione Riparazione + Anti-Inquinamento di Yves Rocher** (€ 21,95): usa l'aphloia del Madagascar al fine di rigenerare e proteggere. **Génifique Hydrogel Melting Mask di Lancôme** (€ 16,68): in cotone, contiene probiotici e ha un cuore in idrogel che sul viso si trasforma in fluido. **Powercell Anti-Pollution Mask di Helena Rubinstein** (€ 95): con estratto di moringa, purifica il viso in 10 minuti. **Shampoo Secco al Latte d'Avena di Klorane** (€ 4,90): deterge e volumizza. **Sugar Scrub Esfoliante Purificante e Nutriente di L'Oréal Paris** (€ 10,99): esfolia il viso con tre zuccheri più attivi naturali.

