



Polifenoli delle meraviglie, alleati di bellezza contro l'invecchiamento della pelle



In cosmetica e medicina estetica Bacco è davvero alleato di Venere. Pensiamo ai polifenoli del vino rosso: flavonoidi, stilbeni come il resveratrolo e acidi fenolici agiscono sull'invecchiamento cutaneo, contrastando stress ossidativo e infiammazione cronica di basso grado, responsabili di opacità, discromie, lassità della pelle e fragilità vascolare. “L'importanza del vino per la nostra salute e bellezza è collegato all'invecchiamento”, dice Giovanni Scapagnini, professore di Nutrizione clinica presso l'Università degli studi del Molise e studioso di fama internazionale, che ne ha parlato con LaSalute di LaPresse in occasione di Roma International Estetica 2026, la manifestazione dedicata a benessere ed estetica professionale appena conclusa alla Fera Roma.

“La pelle è il tessuto più esposto: fa i conti con il passare del tempo e con gli effetti della luce Uv, che alimenta infiammazione e stress ossidativo, degradando il collagene. Risultato? Questo doppio invecchiamento porta alla perdita delle funzioni del tessuto cutaneo e alla formazione delle rughe”, sottolinea Scapagnini.

“Noi non guardiamo l'invecchiamento degli organi, ma quello della pelle: i segni sono evidenti. Ecco perché il mantenimento della bellezza significa innanzitutto il proteggere le funzioni della nostra pelle. In questo senso i principi attivi contenuti nel vino rosso, i polifenoli, hanno un significato molto rilevante”.

Ma come agiscono queste sostanze? “Sicuramente la funzione endoteliale è uno degli aspetti non solo più noto ma più riconosciuto: misurando i metaboliti del vino sappiamo come l'assunzione moderata riduca il rischio di infarto in soggetti con problemi cardiovascolari e allunghi le prospettive di vita, tanto da aver fatto cambiare di recente l'opinione della Società europea di cardiologia sull'uso



moderato del vino”, continua Scapagnini. Ma se l'alcol è nemico della salute, sul fronte della bellezza occorre focalizzarsi su alcuni principi attivi.

Nell'incontro organizzato da Fiera di Roma è stato evidenziato infatti come i polifenoli modulino le vie infiammatorie, limitando l'attivazione delle metalloproteinasi indotte dai raggi Uv e influenzando il metabolismo di collagene ed elastina. Contribuendo in questo modo al rimodellamento dermico e alla qualità della matrice extracellulare. Parallelamente, il loro impatto sulla funzione endoteliale migliora il microcircolo cutaneo, l'ossigenazione tissutale e il cosiddetto skin glow.

Un bersaglio chiave di questa azione è il glicocalice endoteliale, oggi considerato un vero organo funzionale: la sua integrità regola omeostasi vascolare, barriera endoteliale e controllo dell'infiammazione. In ambito estetico, si traduce in una migliore nutrizione, drenaggio e luminosità della pelle.

Queste basi biologiche spiegano il crescente interesse per i polifenoli del vino rosso in nutricosmesi e cosmeceutica. Sebbene gli studi clinici presentino ancora limiti, i risultati suggeriscono un potenziale beneficio su texture cutanea e risposta allo stress ossidativo. Per la medicina estetica resta comunque fondamentale distinguere il ruolo dei polifenoli da quello dell'etanolo, separando il valore biologico dal semplice simbolo del vino.

“Tornando al concetto di invecchiamento, c'è di più: molti dei composti contenuti nel vino hanno non solo la capacità di migliorare le funzioni di ossigenazione dei tessuti e il nostro sistema cardiovascolare, ma attivano in maniera specifica le vie della longevità – dice Scapagnini – interferendo con aspetti del metabolismo cellulare, migliorando le funzioni mitocondriali e addirittura promuovendo l'espressione delle 'proteine della longevità': le sirtuine. Moltissimi studi hanno supportato l'idea che in termini di mantenimento della salute, ma anche di promozione della longevità, il vino sia una delle componenti più interessanti della nostra dieta”, conclude Scapagnini.