

## CENTELLA ASIATICA: ALLEATA DELLA BELLEZZA



L'estratto di questa pianta, utilizzato da millenni nella medicina ayurvedica, poi entrato a far parte di numerose Farmacopee, rappresenta ancora oggi uno degli strumenti più efficaci nella prevenzione e trattamento di rughe, danni da fotoinvecchiamento, cicatrici, ustioni e cellulite grazie alle innumerevoli attività dei composti che lo caratterizzano.

Le molecole più significative contenute nella *C. asiatica* sono rappresentate dalla frazione terpenica (in particolare dall'asiaticoside, madecassoside, acido madecassico e acido asiatico) che agiscono promuovendo la sintesi di collagene. In particolare al madecassoside si deve la capacità di aumentare la produzione del collagene di tipo III, mentre gli altri triterpeni stimolano i fibroblasti nella produzione di collagene di tipo I, ovvero quel tipo di collagene la cui percentuale decresce fisiologicamente con l'avanzare dell'età. Il meccanismo d'azione a monte di queste attività prevede la stimolazione della proliferazione dei fibroblasti con un conseguente aumento della sintesi di collagene e del contenuto intracellulare di fibronectina che portano ad un miglioramento della resistenza alla trazione della pelle (essa risulta più elastica).

Inoltre, da studi più recenti, è emersa la capacità di questi composti di agire su fattori che regolano l'infiammazione, andando a normalizzare l'iperproliferazione dei cheratinociti, restituendo l'omeostasi della pelle. La C. asiatica risulta essere efficace nell'inibire la fase infiammatoria delle cicatrici ipertrofiche e dei cheloidi.

L'azione topica antiage di questo estratto è correlata alla sua azione di contrasto dei radicali liberi prodotti dallo stress ossidativo e dall'infiammazione indotta da citochine pro-infiammatorie, attività molto strettamente legata alla presenza sinergica di triterpeni e polifenoli biologicamente attivi.

Le sostanze contenute nella Centella asiatica presentano anche un'azione anti-glicazione. Con il termine "glicazione" intendiamo il processo che ha luogo quando il glucosio o un altro zucchero riducente si lega in maniera non enzimatica alle nostre proteine o lipidi. Questo processo correlato all'invecchiamento cutaneo viene amplificato dall'esposizione ai raggi UV e dal fumo di sigaretta, (che portano alla formazione di radicali liberi) indebolendo l'attività delle biomolecole, portando così a una riduzione della compattezza e dell'elasticità della nostra pelle che è più propensa alla formazione di rughe.

Per l'ottenimento di una pelle più sana risulta fondamentale la capacità delle molecole contenute nella C. asiatica di migliorare il microcircolo e la permeabilità dei capillari, in modo da ottimizzare l'ossigenazione dei tessuti e il loro metabolismo.

Grazie a queste sue proprietà, i nutraceutici e le creme a base di centella sono impiegati per favorire la microcircolazione e nel trattamento della cellulite, condizione nella quale un incremento del metabolismo cellulare dovuto a un miglioramento della salute dei piccoli vasi risulta essere determinante, insieme all'azione lipolitica correlata alla capacità di aumentare il contenuto dell'adenosina monofosfato ciclico (cAMP) negli adipociti con un effetto finale snellente.

Possiamo concludere che l'estratto di C. asiatica può essere utilizzato per il miglioramento e la prevenzione di innumerevoli inestetismi che possono colpire la nostra pelle come le rughe, la cellulite, le cicatrici ipertrofiche o il fotoinvecchiamento.

<https://www.dovepress.com/anti-inflammation-and-antiglycation-activity-of-a-novel-botanical-ingredient-peer-reviewed-fulltext-article-CCID>

<https://www.mdpi.com/1420-3049/16/2/1310/htm>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3834700/>