

1) Bags under the eyes:

Quello che comunemente viene chiamato borse sotto gli occhi riflette un importante parametro di salute. Solitamente ci si limita a definire le borse che compaiono sotto gli occhi come un inestetismo. Questa definizione è giusta quando si tratta di manifestazioni temporanee legate a un periodo di scarso riposo oppure quando sono determinate dal naturale invecchiamento della pelle, che perde elasticità e tende a rilassarsi. Le borse sotto gli occhi sono la combinazione tra ristagno di liquidi (edema), ingrandimento del tessuto adiposo della borsa e cedimento dell'elasticità cutanea. Qualche volta la borsa sotto gli occhi si colora di scuro accentuando il disturbo estetico. I fattori che provocano le borse sono diversi: sicuramente l'invecchiamento della pelle, con tessuti meno elastici, lo stress e l'affaticamento, la mancanza di riposo, la riduzione del tono muscolare. Nelle forme croniche, il gonfiore sotto gli occhi può essere causato da forme infettive o allergiche, come nella congiuntivite, problemi renali o epatici, ipotiroidismo, cattiva alimentazione, ipertensione. La prevenzione delle borse sotto gli occhi richiede uno stile di vita sano, che prevede alimentazione equilibrata, esercizio fisico moderato e regolare, riposo e sonno sufficiente, mediamente almeno otto ore per notte nonché dormire con la testa sollevata. È sempre una buona norma evitare l'esposizione prolungata alla luce solare e comunque indossare sempre gli occhiali da sole per evitare l'invecchiamento precoce della pelle palpebrale. La melanina è la principale responsabile dell'alone cerchiato attorno agli occhi, ed è dovuto ad eccesso dei derivati dell'emoglobina o della melanina che hanno cause molto diverse tra loro per problemi al fegato, ai reni, ed alla tiroide. In assenza di tali fattori predisponenti, la presenza di occhiaie accompagnata da evidente pallore del viso, può essere dovuta ad anemia e a carenza di ferro, che favoriscono la fragilità dei capillari della zona orbitaria, che diventano permeabili e rompendosi favoriscono la fuoriuscita e il deposito locale dei pigmenti, con il risultato di accentuazione delle occhiaie. Le occhiaie possono essere associate anche ad allergie e dermatiti, per la reazione frequente di sfregamento dell'area oculare che si irrita, a causa del prurito, ma anche l'abitudine sbagliata di sfregarsi gli occhi, comune a molti uomini, accentua le occhiaie, poiché traumatizza i capillari molto delicati attorno all'area, favorendo le microemorragie, le quali liberando il ferro che resta intrappolato nei tessuti, macchiano di conseguenza la pelle intorno gli occhi. Anche gli sbalzi di temperatura, con i lievi aumenti di pressione all'interno dei vasi, sono causa di rottura dei capillari orbitari, i quali con il passare degli anni diventano sempre più fragili in queste zone del viso, motivo per cui è raro vedere una persona

anziana senza la caratteristica ombra scura sotto gli occhi. Le occhiaie spesso sono indice di malnutrizione, conseguente a diete sbilanciate dal punto di vista nutrizionale e vitaminico, che compromettono la normale funzionalità vascolare.

2) Collagen eye wrinkle:

Questo parametro rappresenta lo specchio di un buon stato di salute generale. La perdita di elasticità del contorno occhi provoca inestetismi quali: zampe di gallina, orzaiolo, occhi gonfi e dermatiti. I disturbi agli occhi e le problematiche del contorno occhi, a volte, possono però nascondere anche malattie più serie.
Fine modulo

La pelle delicata della zona perioculare è la più sottile di tutto il corpo, con caratteristiche peculiari che la rendono molto diversa dagli altri tessuti. Essa, infatti, è quasi priva di ghiandole sebacee, povera di elastina e collagene, con una circolazione linfatica e sanguigna lenta; eppure nel contorno occhi vi è un'intensissima attività muscolare (se si pensa che solo per il battito di ciglia, che si replica circa 1.000 volte nell'arco della giornata, lavorano 14 muscoli). Date queste caratteristiche non è un caso se il contorno occhi è un'area molto più soggetta a: invecchiamento precoce, cedimento delle fibre di sostegno e perdita di tono, gonfiori e borse che appesantiscono lo sguardo, rughe, solchi profondi, sia d'espressione, sia da fattori legati all'invecchiamento, ed alla cattiva nutrizione, disturbi renali e della tiroide, stress, stanchezza, stile di vita scorretto, eccesso di alcol o di cibi salati, sole con eccessiva esposizione e danni da foto invecchiamento, eccessiva esposizione a video o luci al neon, calazio, la rosacea, l'orzaiolo, la dermatite atopica, la vitiligine, lesioni erpetiche, l'infiammazione in generale, l'affaticamento fisico, lo scarso riposo e l'insonnia.

3) Dark circles:

Le occhiaie nere sono dei segni antiestetici che compaiono al di sotto della palpebra inferiore dando l'impressione di un viso affaticato, dall'incarnato spento e non omogeneo. Le occhiaie nere possono comparire per lo stress particolarmente intenso, la disidratazione, lo scarso riposo, le alterazioni della pigmentazione cutanea, la cattiva alimentazione, la fragilità capillare e la dermatite atopica o allergica da contatto. A volte, addirittura, le occhiaie nere possono rientrare tra i sintomi di un'anemia o di un disturbo della tiroide che provoca il rallentamento della microcircolazione venosa e linfatica, che determina un ristagno di sangue, con deposito di liquidi (edema periorbitale) e

pigmenti, conferendo alla zona perioculare il tipico colore bruno-bluastro. Se l'alone sotto all'occhio è di colore marrone scuro, è probabile sia presente un'alterazione della normale pigmentazione causata dalla produzione di una maggior quantità di melanina nello strato basale dell'epidermide. Questa sostanza, migrando in superficie, conferisce alle occhiaie una tonalità più scura (allo stesso modo di quanto accade, ad esempio, per le macchie solari).

L'iperpigmentazione può manifestarsi anche se ci si espone al sole senza un'adeguata protezione, indipendentemente dal colore della carnagione. Le occhiaie nere possono essere causate dall'innescarsi di un processo flogistico locale. Quando l'iperpigmentazione è post-infiammatoria e può essere secondaria a: Dermatite atopica; Dermatite allergica da contatto; Esposizione solare; Traumatismi minori locali (come quando, ad esempio, si sfregano gli occhi e si irrita l'area toccandola con le mani). Le occhiaie nere possono riscontrarsi in presenza di particolari condizioni, come: **Allergie**. Le reazioni allergiche stagionali possono accompagnarsi spesso alle occhiaie nere; oltre al bruciore agli occhi, alla sensazione di naso chiuso ed alla gola che pizzica, questo segno può dipendere dal contatto con un allergene. A livello sistemico, ciò provoca l'attivazione delle istamine si attivano, provocando una dilatazione dei vasi sanguigni. Quest'ultimo fenomeno non produrrà alcun effetto nelle zone del corpo dove la pelle è più spessa; sotto agli occhi, dove l'epidermide è estremamente sottile, invece, la reazione allergica farà sembrare le palpebre più gonfie e scure.

Disturbi del sonno. L'insonnia, la privazione di sonno o il riposo particolarmente agitato, con risvegli frequenti durante la notte, possono contribuire alla formazione delle occhiaie. Quando non si dorme, infatti, i vasi sanguigni della zona sotto agli occhi tendono a dilatarsi, dando così origine ai cerchi scuri sotto alla palpebra inferiore, che potrebbe anche apparire più gonfia. Anche la situazione opposta, cioè un eccesso di riposo, può contribuire alla comparsa delle occhiaie nere.

Disidratazione. La carenza di acqua si ripercuote su tutto l'organismo; a livello cutaneo, ciò si traduce nella perdita di elasticità della pelle, che può risultare particolarmente evidente soprattutto nella zona sotto agli occhi. In particolare, la sottile epidermide disidratata può apparire quasi trasparente, enfatizzando le occhiaie nere.

Anemia. Le occhiaie nere possono manifestarsi quale sintomo dell'anemia, patologia caratterizzata da una carenza di globuli rossi o di emoglobina. In tal caso, gli aloni scuri sotto gli occhi possono accompagnarsi a molti altri sintomi, tra cui pallore, stanchezza e vertigini.

Stile di vita (fumare, bere alcolici o troppo caffè, eccesso di sale nella dieta ecc.). **Ritenzione di liquidi**, come può accadere con la gravidanza o l'aumento di peso. La dieta corretta può essere d'aiuto per contrastare gli aloni scuri attorno agli occhi. In particolare, andrebbero preferiti cibi ricchi di

antiossidanti e di altre sostanze utili per il micro-circolo, come il tè verde o nero, i mirtilli e l'uva. Anche gli alimenti ricchi di vitamina C e K, come agrumi, kiwi, pomodori, fragole e lattuga, sono in grado di rafforzare i capillari ed aiutano a ridurre il fenomeno delle occhiaie nere.

4) Lymphatic obstruction:

Il sistema linfatico è uno dei sistemi naturali di difesa e di drenaggio dei liquidi. Questo parametro misura l'efficienza del drenaggio nei tessuti periorbitali: il linfodrenaggio, rappresenta il trasporto della quota fluida dal tessuto connettivo contenente acqua e tossine fuori dai suddetti tessuti, dai vasi sanguigni, attraverso il sistema dei vasi linfatici. Un linfodrenaggio carente può essere dovuto a: allergie, sinusite cronica, malattia cardiaca, eczema ed altre malattie della pelle, perdita di energia, stanchezza cronica, infezioni, infiammazione, ipertensione, infezioni virali, occhi gonfi, infezioni batteriche, dolori lombari, problemi alle orecchie o all'equilibrio, artrite, mal di testa, cellulite, sudorazione eccessiva, obesità.

5) Sagging:

Questo valore è utile come indice prognostico di invecchiamento dei tessuti e di lassità cutanea. La pelle del contorno occhi tende ad invecchiare precocemente rispetto ad altre parti del viso ed è quella che risente per prima della perdita di elasticità (rilassamento cutaneo) per il fatto che è molto più sottile rispetto alla pelle del viso quindi risulta meno compatta, inoltre è povera di ghiandole sebacee ed è caratterizzata da una scarsa microcircolazione. In più, presenta una quantità inferiore di fibre collagene ed elastina rispetto alle altre parti del corpo.

6) Edema:

Questo valore indica un eccesso di liquidi nel tessuto sottocutaneo che si verifica principalmente durante il sonno, con un graduale riassorbimento al mattino ma potrebbe essere legato ad un ristagno di liquidi con ritenzione idrica generale per cattiva circolazione sanguigna e linfatica, o a cattive abitudini come il fumo, allergie, insufficienza renale, alimentazione scorretta, insonnia.

7) Eye cell activity:

Questo parametro misura l'entità dell'affaticamento oculare. L'affaticamento oculare, o astenopia, è una condizione che si verifica quando gli occhi si stancano troppo a causa di un sovraccarico lavorativo dell'apparato muscolare del bulbo oculare (muscoli interni ed esterni dell'occhio). Ogni volta che si osserva un oggetto da vicino è infatti necessario, per metterlo a fuoco, attivare sia i muscoli esterni che quelli interni dell'occhio sottoponendoli a un vero e proprio sforzo che, a lungo termine, può portare all'affaticamento oculare. I sintomi più frequenti con cui l'affaticamento oculare si presenta sono lacrimazione associata al bruciore oculare, secchezza oculare, senso di corpo estraneo nell'occhio, ma possono insorgere anche fastidio alla luce, mal di testa, visione annebbiata e visione sdoppiata. Vi sono tuttavia alcune patologie che si possono associare all'affaticamento oculare: miopia e astigmatismo, blefarite e congiuntivite, Herpes zoster oftalmico, presbiopia, retinopatia diabetica, sindrome dell'occhio secco e strabismo.

8) Visual fatigue:

Questo parametro è un indice della fatica visiva: gli occhi stanchi sono un disturbo oculare, che insorge solitamente quando si fa un uso impegnativo e protratto della vista. A stancare notevolmente gli occhi sono diverse attività, come per esempio l'uso prolungato del computer, la lettura intensa o il guidare per molte ore consecutive un veicolo. Le manifestazioni tipiche sono dolore e prurito oculare, occhio secco (o in alternativa occhio che lacrima), problemi di vista, mal di testa, dolore al collo ecc.