

## Trattamenti estetici: i migliori per stimolare la produzione di collagene

**Pubblicato:** Martedì 10 Giugno 2025



Dopo i **trent'anni** capita a tutti di notare che la pelle, soprattutto quella del viso, risulta meno tonica e comincia a presentare rughe o macchie: la causa principale è la **carenza di collagene** che è una delle proteine più presente nel derma e capace – semplificando – di dare struttura, tonicità ed elasticità alla pelle. La buona notizia è che si può [stimolare il collagene con i trattamenti estetici](#): scopriamo di seguito quelli che danno risultati.

### Perché dopo i trent'anni la carenza di collagene è fisiologica

In condizioni normali l'organismo umano è perfettamente in grado di produrre collagene da solo. A partire dai **25 anni**, però, come molti altri processi anche la **produzione di collagene rallenta** progressivamente mentre accelera contemporaneamente il deterioramento di quello già presente nel corpo. A questo deterioramento repentino spesso contribuiscono cattive abitudini come soprattutto non esporsi correttamente al sole (i raggi UV causano, infatti, fotoinvecchiamento), seguire una dieta poco equilibrata (i cibi infiammatori aumentano i radicali liberi), non fare regolarmente attività fisica.

Per questo tra i rimedi contro la carenza di collagene, che è comunque da considerarsi assolutamente fisiologica a partire da una certa età, vengono spesso consigliati una **dieta varia** e ricca di antiossidanti (vitamina C) come quelli contenuti nella frutta e verdura fresca e uno **stile di vita attivo**.

Anche **la giusta skincare** può aiutare a contrastare fin dalla prima comparsa i segni dell'invecchiamento cutaneo e questo spiega l'abbondanza al supermercato, in profumeria, in farmacia di **prodotti cosmetici che contengono collagene** tra i principi attivi. La molecola di collagene ha però una forma particolare, a tripla elica, che non sempre ne rende facile l'assorbimento per via topica o tramite l'alimentazione e l'integrazione tradizionale (esistono in commercio anche molti integratori di collagene).

L'alternativa migliore è stimolare il collagene con i **trattamenti estetici** e, di nuovo, la buona notizia è che ce ne sono **che non richiedono l'utilizzo di bisturi** e che possono essere effettuati nel centro di medicina estetica di fiducia, in poche sedute e con risultati immediati.

## I migliori trattamenti estetici per stimolare il collagene

Uno di questi è il **microneedling** che, come suggerisce la stessa espressione, consiste nel praticare tramite aghi molto sottili dei piccoli fori nella pelle: quando si attiva la naturale risposta dell'organismo per ripararli viene stimolata anche la produzione di collagene.

Nei trattamenti **laser** e nei trattamenti a **radiofrequenza** viene sfruttata la produzione di calore per stimolare il collagene: quando raggiungono gli strati più profondi della pelle infatti la luce e le onde radio, naturalmente settate a frequenze assolutamente sicure per la salute del derma, provocano un rialzo delle temperature che stimola a valle la produzione di collagene.

Anche il trattamento a **ultrasuoni** sfrutta un meccanismo simile e, cioè, utilizza onde sonore ad alta frequenza per raggiungere gli strati più profondi della pelle e stimolare la produzione di collagene.

Alcuni trattamenti estetici più moderni non sono nient'altro che particolari combinazioni dei precedenti studiate per aumentarne l'efficacia su zone specifiche del corpo, quelle in cui si tendono a vedere prima i segni dell'invecchiamento, come il contorno occhi, il collo, il décolleté.

Sempre più richiesti nei centri estetici sono anche **filler e fili di collagene**. I primi sono micro iniezioni di sostanze attive come l'acido ialuronico o idrossipatite di calcio che, oltre a stimolare la produzione di collagene, svolgono un effetto rimpolpante temporaneo. I secondi, come suggerisce la stessa espressione, sono filamenti biocompatibili che vengono immediatamente assorbiti dal derma riparando i segni dell'invecchiamento e stimolando la produzione di collagene.

[divisionebusiness](#)

[divisionebusiness@varesenews.it](mailto:divisionebusiness@varesenews.it)