

LA VOSTRA PELLE E NUTRIANCE®

Sin dal 1958 la GNLD ha sviluppato prodotti volti a migliorare il benessere e la longevità.

Siamo convinti che rimanere giovani ed energici sia più facile quando ogni cellula del corpo funzioni efficientemente. In linea con questa convinzione, gli scienziati della GNLD hanno continuamente sperimentato prodotti innovativi, supportati dalla più moderna ricerca scientifica e modellati sugli schemi della natura.

La GNLD applica questi concetti anche a Nutriance, la vostra soluzione per sfidare l'età.

Nutriance è basata sulla filosofia della GNLD per la quale la cura della pelle è parte di un programma di benessere generale, così come lo sono una corretta alimentazione, bere molta acqua, fare regolarmente degli esercizi sportivi, avere un riposo regolare. Non importa quale sia la vostra età o il vostro sesso, voi potete prendere delle decisioni relative alla cura della vostra pelle che possono favorirne la salute e la giovinezza. Nutriance contribuisce a proteggere la vostra pelle dall'invecchiamento prematuro, dai danni dovuti ai fattori ambientali e dalla perdita dello splendore giovanile.

Nutriance, il più avanzato programma di cura della pelle nel mondo, fornisce potenti sostanze botaniche immunitarie e contro l'avanzare dell'età, che agiscono a livello cellulare.

STRATEGIE PER UNA PELLE GIOVANE

I due migliori "amici" della pelle sono un continuo equilibrio tra sostanze grasse ed idratanti ed una vasta gamma di protezione dai raggi UV. Entrambi difendono da agenti ambientali che possono minacciare la salute della vostra pelle. E' per questo che Nutriance offre concentrati idratanti e nutrienti in eccezionali prodotti sinergici che potete usare a casa vostra. Nutriance raggiunge efficientemente i due maggiori obiettivi di un buon programma per la cura della pelle attraverso:

- Una continua idratazione delle cellule sia dalla superficie che dall'interno, ed un aiuto per mantenere l'idratazione necessaria a contrastare rughe e linee sottili.
- La protezione dall'ossidazione dovuta ai raggi UV e agli inquinanti presenti nell'aria e nell'acqua, poiché l'ossidazione accelera il processo d'invecchiamento.

TENTATIVI DI BLOCCARE L'IDRATAZIONE

Per più di 50 anni, i produttori di prodotti per la cura della pelle hanno cercato di risolvere il problema di una pelle secca e soggetta ad un veloce invecchiamento, facendo uso di ingredienti occlusivi come l'olio minerale. Tali prodotti forniscono un'idratazione temporanea alla parte esterna della pelle, ma la loro funzione principale è di "sigillarne" la superficie e rallentare la perdita d'idratazione dagli strati inferiori. Così, mentre la pelle in superficie appare più morbida e liscia, i benefici all'idratazione sono di breve durata.

Una teoria per spiegare la temporaneità di questo effetto idratante è che l'olio minerale funziona come solvente, e il suo

uso ripetuto dissolve gli oli naturali appena emergono in superficie. Questa azione può anche danneggiare permanentemente la barriera naturale di lipidi. Se questo accade, la pelle secca diventerà sempre più secca col passare del tempo. Così ciò che ne deriva è una perdita d'idratazione!

UNO SGUARDO PIÙ APPROFONDITO ALLA PELLE

La struttura della pelle è composta da due strati fondamentali, l'epidermide, o strato superficiale, e il derma, o strato inferiore.

L'EPIDERMIDE

Come superficie esterna della pelle, l'epidermide funge da scudo protettivo contro l'infezione batterica, i danni dovuti a ferite o l'esposizione a sostanze chimiche. Composta da strati multipli di cellule, contiene milioni di pori, ghiandole e canali, circa 930 per centimetro quadrato.

Cellule ricche d'idratazione si formano continuamente alla base dell'epidermide e vengono spinte verso l'alto da nuove cellule. Quando arrivano in superficie, si appiattiscono e si induriscono, diventando alla fine parte dello strato protettivo superficiale senza vita, chiamato strato corneo.

Cellule senza vita si distaccano continuamente dalla superficie, processo naturale definito "esfoliazione" e vengono continuamente sostituite da nuove cellule.

IL DERMA

Lo strato inferiore, detto derma, supporta e nutre l'epidermide. Il derma è la "casa" delle proteine chiamate collagene e delle fibre chiamate elastina. Esso sostiene letteralmente l'epidermide con una rete di "cuscinetti" di collagene ed elastina. Questi cuscinetti danno supporto ed elasticità alla pelle e proteggono i vasi sanguigni, le cellule nervose, le ghiandole sudoripare e i follicoli dei capelli. Si potrebbe dire che l'elastina fornisce "le molle" e il collagene la struttura.

OLIO NATURALE: IL SEBO

Il derma contiene ghiandole sebacee che producono una sostanza lipidica chiamata sebo.

Portato alla superficie della pelle attraverso i condotti piliferi, il sebo raggiunge lo strato epidermico esterno e circonda ogni cellula. Il sebo è indispensabile per avere una pelle sana perché l'aiuta a mantenere un tessuto liscio ed idratato e a ridurre il rischio di disidratazione e di rughe premature.

Nella pelle secca la produzione di sebo è inferiore al normale, con conseguente riduzione della barriera naturale di grasso. Quando questa barriera diminuisce, l'idratazione evapora continuamente dalla pelle, lasciandola secca. Nella pelle grassa la produzione di sebo è superiore al normale, con produzione di una "pellicola" di grasso sulla superficie della pelle che impedisce l'afflusso dell'ossigeno necessario.

Molti fattori possono influenzare la produzione di sebo, tra cui l'età, l'alimentazione, la pulizia con saponi ruvidi o deter-

genti alcalini, alcuni medicinali, l'alcool, gli agenti ambientali. E' probabile che uno o più di questi fattori riguardino anche voi, quindi è importante aiutare la pelle a raggiungere un normale livello di produzione del sebo. Con Nutriance potete ottenere una produzione di sebo equilibrata, riportando giovinezza e splendore alla vostra pelle.

IDRATAZIONE NATURALE: TRASPIRAZIONE

L'idratazione è un fattore critico per avere una pelle sana, occorre mantenere le cellule della superficie forti e sane e aiutare la pelle a ritenere un giusto livello d'idratazione.

L'idratazione porta anche sostanze nutrienti negli strati della pelle. L'idratazione può arrivare da molti luoghi, tra cui gli ambienti umidi, le saune, l'acqua, ... Le modelle hanno appreso ormai tanto tempo fa che la loro pelle appare più sana e più liscia quando bevono acqua in abbondanza. E questo ha significato se pensiamo che la pelle è composta per il 20% di acqua.

Una buona parte dell'idratazione evapora dalla pelle, specialmente in ambienti con aria condizionata o quando le temperature sono calde e aride. L'idratazione naturale della pelle è assorbita anche dai tessuti. Senza l'idratazione la pelle diventa secca. Come i terreni inariditi durante la siccità, la pelle disidratata può screpolarsi e cambiare completamente tessuto. La pelle perde la sua flessibilità ed elasticità ed è soggetta a rughe e linee sottili. Inoltre, i movimenti ripetuti delle espressioni facciali tipiche possono tirare la pelle e lasciare segni indelebili, se non è sufficientemente elastica. Se la pelle è elastica, reattiva e flessibile resiste ai movimenti ripetuti.

LA BARRIERA D'IDRATAZIONE: UN EQUILIBRIO SALUTARE

Quando la secrezione delle ghiandole sebacee e sudoripare è equilibrata, le sostanze grasse e idratanti interagiscono sulla superficie della pelle per creare un equilibrio ottimale tra di esse. Questo equilibrio favorisce una pelle giovane, attiva ed in salute e protegge dalla disidratazione.

Mantenere un rapporto ideale acqua-grasso, può rappresentare una sfida, visto che sono molti i fattori che possono influenzare i loro livelli. Bisogna poi considerare la natura astringente di alcuni saponi, detergenti e tonici ed il modo in cui essi possono privare la pelle dell'idratazione necessaria. Altri prodotti possono essere dannosi in un altro modo: ostruendo i pori con detergenti ed idratanti ricchi di grassi. I prodotti Nutriance per la Cura della Pelle forniscono esattamente ciò di cui essa ha bisogno, recuperando lo splendore della giovinezza.

ESFOGLIAZIONE E CICLO DI VITA DELLA PELLE

Nel corso della vostra vita, la pelle è coinvolta in un continuo ciclo di crescita. In una pelle sana lo strato superficiale subisce un continuo ricambio.

In una pelle grassa, le cellule esterne tendono ad accumularsi, mentre le cellule superficiali della pelle secca possono assumere un aspetto opaco e "squamoso". Il processo d'esfoliazione naturale rallenta col passare degli anni, e a 50 anni impiega il doppio del tempo che impiega a 25 anni! Per fortuna, la pelle risponde bene all'esfoliazione addizionale con creme

esfolianti che rimuovono regolarmente le cellule morte. Favorendo un tasso di rinnovamento più rapido, la pelle può apparire più giovane, poiché cellule più fresche, più morbide, più nuove vengono continuamente portate in superficie.

COME LA PELLE INVECCHIA

La vostra pelle è al suo massimo quando avete circa 20 anni. E' a questa età che l'equilibrio sebo-idratazione, unito ad un rapido cambiamento delle cellule (14-18 giorni), dà alla vostra pelle la migliore barriera d'idratazione possibile. A 30 anni la vostra pelle comincia a perdere gradualmente un po' di tono e tessuto, e comincia ad apparire più secca ed opaca, con la formazione delle prime linee sottili. Questi cambiamenti sono legati a tempi più lenti di rinnovamento cellulare e ad una minore capacità di trattenere l'idratazione.

A 40 anni, il tempo necessario per il rinnovamento delle cellule è quasi doppio rispetto a quello dei 20 anni. E a 50 anni potete attendervi un tempo di rinnovamento di oltre un mese. Un rinnovamento che richiede più tempo significa due cose:

- 1) le vecchie cellule della pelle rimangono sulla superficie più a lungo, apparendo secche e coprendo il naturale colore e lo splendore della pelle;
- 2) la pelle non stà funzionando al meglio.

MOLTI TIPI DI PELLE SANA

La maggior parte delle persone non sa quanto la pelle possa essere sana ed attraente. Una pelle normale, sana, non è né troppo secca né troppo grassa; è elastica e morbida naturalmente, ed è in grado di proteggersi autonomamente dalle insidie dell'ambiente.

La predisposizione della vostra pelle ad essere secca o grassa dipende anche dalla vostra eredità genetica ma, a parte ciò, l'equilibrio tra sostanze grasse ed idratanti è il risultato di una corretta alimentazione, di un giusto riposo, di una giusta quantità di acqua bevuta, di un'efficace cura della pelle e di un'efficace protezione dai rischi ambientali. Sebbene ci siano quattro tipi di pelle fondamentali, secca, normale, mista e grassa, i due tipi seguenti rappresentano i due opposti della gamma esistente:

PELLE SECCA

Si ha la pelle secca quando la pelle non produce o mantiene la giusta quantità d'idratazione naturale.

Un'aridità eccessiva può essere causata da cambiamenti dell'alimentazione e dall'esposizione a sole, vento o freddo. Più a lungo la pelle rimarrà "assetata", prima comincerà a perdere elasticità, con conseguente comparizione di rughe e linee sottili. Alcuni prodotti per la cura della pelle possono anche contribuire a questa aridità nel lungo termine, essendo composti da ingredienti occlusivi che ostruiscono i pori e che possono interferire con la naturale respirazione della pelle, inibendo la sua capacità di produrre idratazione naturale.

PELLE GRASSA

Si parla di pelle grassa quando la pelle produce troppo sebo. Questa eccessiva produzione di grassi può essere dovuta a stress ambientale, a esposizione a sole e vento o a squilibri alimentari ed ormonali. Inoltre, la pelle grassa può anche essere



il risultato di una reazione eccessiva a prodotti per la pelle che possono stimolare una produzione extra di sebo e alterare il corretto equilibrio naturale tra sostanze grasse ed idratanti.

FATTORI CHE INFLUENZANO LA PELLE

Molti fattori, tra cui l'età, l'ambiente, le radiazioni UV, possono influenzare la vostra pelle.

Poiché la gente reagisce in modo differente a questi fattori, e ognuno ha pelle di tipo e di caratteristiche diverse, la situazione della vostra pelle sarà differente da quella di altre persone.

Dato che la pelle cambia col passare degli anni, anche i programmi di cura della pelle devono cambiare con essa. Il programma che seguivate quando avevate 20 anni ora potrebbe essere più dannoso che efficace. Per esempio, potreste stare usando prodotti per pelle grassa anche se la vostra pelle non lo è più, oppure le vostre aree secche potrebbero essere molto più secche che in passato. Se tenete in considerazione che la vostra pelle cambia nel tempo, vi sarà molto più facile mantenerla giovane e sana. Quando stabilite il vostro programma di cura della pelle, considerate i seguenti fattori:

ETÀ

Le vostre ghiandole sebacee producono sempre meno grassi col passare del tempo, con la conseguenza che la pelle sarà scarsamente lubrificata. Questo tipo di pelle spesso mantiene l'acqua meno efficientemente e la sua superficie risulta secca. Con l'età la pelle diviene anche meno elastica. Quando le fibre di collagene ed elastina si deteriorano, la sottostante struttura della pelle può indebolirsi ed il suo tessuto risultare meno solido. Per contrastare ciò, è necessaria un' idratazione più frequente.

AMBIENTE

Le stagioni influenzano la pelle in modi diversi. Il calore estivo causa una maggiore produzione sia di grassi che di idratazione; il freddo invernale ha l'effetto opposto. L'idratazione della pelle è spesso indispensabile, specialmente per la pelle secca.

Caldo e umido - Generalmente in queste condizioni climatiche la pelle è più grassa, questo potrebbe portarvi a pulirla più spesso, a usare detergenti "ruvidi", ad idratarla meno. Tale trattamento può alterare il naturale equilibrio tra sostanze grasse ed idratanti, stimolando una maggiore produzione di grassi, poiché le ghiandole sebacee e sudoripare reagiscono al caldo e all'umidità.

Caldo e secco - La pelle traspira in ambienti caldi e secchi. Così, mentre il vostro corpo cerca di raffreddarsi sudando, non è detto che produca più grassi. Quando la pelle si secca più velocemente di quanto l'idratazione naturale venga prodotta, si crea uno squilibrio tra sostanze idratanti e grasse.

Può essere necessaria un'idratazione addizionale. In questo ambiente la pelle secca diventa ancora più secca.

Freddo e secco - Queste condizioni possono causare un doppio problema, seccare la vostra pelle e inibirne la produzione di sebo. Potrebbe essere necessaria un'idratazione più fre-

quente per mantenere la vostra pelle idratata e protetta.

RAGGI ULTRAVIOLETTI

I raggi UV, gli elementi della luce solare che possono influenzare più pericolosamente la vostra pelle, possono causare danni permanenti. Questi raggi nocivi sono noti come UVA e UVB. Quando i raggi UVA raggiungono la pelle, penetrano dall'epidermide al derma, con il rischio di danni permanenti alla sottostante struttura di collagene ed elastina. Questo ha come risultato il "foto-invecchiamento", che comporta una rugosità prematura. I raggi UVB non penetrano così a fondo, ma causano bruciature che possono portare al cancro della pelle.

Prove di danni cumulativi da raggi UV sono più frequenti in persone amanti della spiaggia, che hanno trascorso molte ore, per molti anni, al sole. Il loro colorito da abbronzatura può dargli un bell'aspetto, ma in realtà le cellule della pelle ne risultano seriamente danneggiate.

Una pelle molto abbronzata può diventare dura e secca con gli anni, perdendo l'idratazione e l'elasticità giovanili.

Recenti studi hanno dimostrato un aumento dei problemi e delle malattie della pelle legate all'esposizione ai raggi UV, tra cui il cancro. Testimonianze dalla Società Americana Contro il Cancro confermano la serietà del problema:

1. Il cancro della pelle è molto più comune del cancro a qualsiasi altro organo, con più di un milione di casi di carcinoma basocellulare e epidermoide previsti durante questo primo decennio.
2. Sin dagli anni '70 l'incidenza del tasso di melanoma è aumentato del 4% all'anno.
3. E' previsto che più di 400.000 nuovi casi di cancro della pelle saranno diagnosticati quest'anno in Europa.

ALTRI TIPI DI RADIAZIONI

Non occorre che voi stiate sotto il sole perché i raggi UV raggiungano la vostra pelle. I raggi UV dell'ambiente vi colpiscono anche quando siete in ambienti chiusi, attraverso le finestre o i lucernari. Si riflettono nelle abitazioni e negli uffici. Lo schermo del computer e le luci fluorescenti ed alogene emettono bassi livelli di radiazioni UV, la luce esterna vi raggiunge praticamente ovunque! Tutto questo si aggiunge alla vostra esposizione cumulativa giorno dopo giorno, anno dopo anno.

Per prevenire danni dalle radiazioni ambientali, una protezione solare di moderato livello va applicata alla vostra pelle quotidianamente. Molti dei prodotti Nutriance forniscono un'ampia protezione dalle radiazioni UVA e UVB giornaliere.

OSSIDAZIONE

Molti scienziati sono convinti che l'invecchiamento sia il risultato di danni cumulativi alle cellule causati da agenti ossidanti conosciuti come "radicali liberi". I radicali liberi sono delle molecole altamente caricate - prodotte dal normale metabolismo e da fonti ambientali esterne - che possono attaccare, alterare e distruggere le cellule quasi nello stesso modo

in cui la ruggine distrugge i metalli. All'interno del corpo, questa catena distruttiva di eventi è ritenuta la causa di malattie come il cancro e problemi al cuore.

L'ossidazione può avere luogo sia in porzioni di cellule grasse che acquose. Recenti studi scientifici supportano la teoria che i danni alla pelle derivanti da radiazioni UV siano il risultato dell'ossidazione dei lipidi. I raggi UV possono produrre radicali liberi nella pelle che possono comportare cambiamenti nelle cellule epidermiche e possono costituire la fase immediatamente precedente al cancro della pelle. I radicali liberi generati dai raggi UV possono essere anche la causa di danni alla struttura di collagene ed elastina nel derma, con conseguente invecchiamento prematuro e comparsa di rughe.

I radicali liberi, e i conseguenti danni dell'ossidazione, possono anche essere prodotti dall'esposizione ad agenti inquinanti nell'aria e nell'acqua, incrementati da squilibri dell'alimentazione. Per proteggere gli strati della vostra pelle, fornite al vostro corpo e alla vostra pelle antiossidanti, vitamine (alcune delle quali sono antiossidanti) e prodotti a base di erbe.

L'ALIMENTAZIONE PUÒ INFLUENZARE LA VOSTRA PELLE

La scienza ha dimostrato che la qualità e l'equilibrio dell'alimentazione ha riflessi sulla pelle. Quando la pelle è nutrita in modo proprio dall'interno e sulla superficie, molti problemi possono essere evitati. Molte sostanze nutrienti hanno un effetto significativo sia sul benessere generale che sulla salute della pelle:

1. **Steroli e lipidi essenziali** favoriscono una produzione equilibrata di sebo e lo sviluppo di cellule nuove.
2. **Vitamine e minerali** supportano la crescita della pelle, la sintesi proteica e l'attività degli enzimi, e proteggono dall'ossidazione.
3. **Le proteine** (amminoacidi) sono un elemento essenziale di tessuto, collagene ed elastina della pelle.

LE VITAMINE E LA PELLE

La mancanza di qualsiasi vitamina può influenzare negativamente la vostra pelle. Le seguenti vitamine sono associate con una pelle sana:

Vitamina A. Indispensabile per una normale crescita della pelle; importante regolatore della riproduzione di cellule epidermiche. Coinvolta nella sintesi del collagene.

Vitamina B. Indispensabile per la crescita ed il mantenimento di una pelle sana.

Vitamina C. Funziona come antiossidante a base d'acqua dentro e fuori le cellule. Importante per la formazione di collagene e per la resistenza alle infezioni.

Vitamina E. Indispensabile come antiossidante, protegge la membrana delle cellule dall'ossidazione.

I MINERALI E LA PELLE

Tutti i minerali essenziali giocano un ruolo importante nel mantenimento del metabolismo della pelle e di un benessere generale. Comprendono:

Calcio. Contribuisce a controllare la permeabilità capillare.

Magnesio. Indispensabile per la funzione di molti sistemi di enzimi.

Rame. Componente essenziale nella formazione di melanina.

Zinco. Indispensabile per la rigenerazione delle cellule.

L'ACQUA E LA PELLE

Un'acqua pura e pulita - e molta - fornisce l'idratazione necessaria per l'ottimo funzionamento di una pelle in salute. L'acqua pulisce da tossine e da pericolosi composti e facilita l'eliminazione digestiva. L'acqua idrata la vostra pelle e rinvigorisce le cellule. Inoltre, l'acqua porta sostanze nutrienti vitali dalle restanti parti del corpo agli strati superficiali della pelle. Per un'ottima salute, bevete almeno otto bicchieri d'acqua al giorno.

I SEGRETI PER UNA PELLE GIOVANE

Una pelle sana è il risultato di una cura completa della pelle, e riflette la vostra salute generale. Come la vostra pelle appare e funziona dipende in gran parte da voi. Potete nutrire la vostra pelle con una corretta alimentazione, bevendo molta acqua, facendo molti esercizi, dedicando il giusto tempo al riposo, e prendendovi cura della vostra pelle in modo efficace. Come indicato precedentemente, i due migliori amici della pelle sono un continuo equilibrio tra sostanze grasse ed idrattanti ed una vasta gamma protettiva da raggi UV. Nutriance, il più avanzato programma di cura della pelle al mondo, li fornisce entrambi.

IL CONTROLLO DI QUALITÀ SUPERIORE DELLA GNLD

Dalla ricerca iniziale alla produzione finale, i prodotti Nutriance sono un validissimo esempio dell'impegno della GNLD per prodotti di qualità, puri, sicuri e potenti. Nessun altro produttore utilizza materie prime di qualità superiore, sviluppa formule così equilibrate e mantiene livelli di controllo della qualità così elevati. Dopo più di quattro decenni, la GNLD continua a fissare degli standard produttivi ineguagliabili nella cura della pelle.

UNA PELLE DI ASPETTO GIOVANE, SEMPRE

Nutriance è l'unico programma di cura della pelle che fornisce la Differenza GNLD: favorire un benessere generale e una bellezza giovanile oggi e domani, una straordinaria differenza che potete vedere e sentire sulla vostra pelle sin dal primo giorno. Riscoprite la pelle sana, elastica e splendente della vostra giovinezza - e mantenetele giovane, più a lungo - con Nutriance, **la vostra soluzione per sfidare l'età!**