

SQUALANO E SQUALENE | PROPRIETÀ E BENEFICI PER LA PELLE



Category: [Tesi Antirughe](#)

Tag: [Idratanti ed emollienti](#)

Cos'è?

Lo squalano (INCI **Squalane**) è un **ingrediente cosmetico dal potere emolliente**.

Dal punto di vista chimico, si tratta di un idrocarburo saturo di natura terpenica, che può essere di origine animale o vegetale.

L'applicazione topica di squalano mostra alcuni vantaggi per la pelle come **emolliente, antiossidante e idratante**.

Squalano o Squalene?

Lo squalano rappresenta il sostituto stabile (forma satura) dello **squalene**, i cui doppi legami vengono eliminati per idrogenazione.



Squalene - Struttura chimica



Squalano - Struttura chimica

Dal momento che **lo squalene è instabile**, a causa della presenza nella sua struttura di insaturazioni ossidabili, **nei prodotti cosmetici viene impiegato maggiormente lo squalano**.

Inoltre, lo squalano è efficace per il trattamento di disturbi della pelle come la dermatite da contatto, la dermatite seborroica e la dermatite atopica ¹.

Lo squalene è normalmente presente nel sebo umano, nell'[olio di fegato di pesce](#) e nella frazione insaponificabile degli oli vegetali.

Il sebo umano contiene il 13% di squalene, ma anche una certa quantità di squalano³. A questo livello, lo squalene svolge un ruolo importante nella protezione della pelle dalle radiazioni UV⁴.

Sfortunatamente, la quantità di squalene prodotta dalla pelle diminuisce con l'età, raggiungendo il picco durante l'adolescenza.

Composizione del sebo nell'uomo

Sostanza	Composizione (%)
Esteri di cera	25
Squalene	13
Colesterolo	2
Trigliceridi, acidi grassi liberi e digliceridi	57
Altri componenti	3



X115® Crema Antirughe Man-Woman | Idratante, Non Unge | Con **Squalano e Complessi Antiossidante e Liftanti** | Ideale per Prime Rughe e Pelle Grassa, anche Femminile

Squalene negli Alimenti

Lo squalene circolante nel sangue proviene in parte dalla sintesi endogena dal colesterolo e in parte da fonti alimentari.

Lo squalene è stato così chiamato per la sua presenza nell'**olio di fegato di squalo**, che ne contiene grandi quantità ed è considerato la sua fonte più ricca ⁵.

Tuttavia, lo squalene è ampiamente distribuito in natura, con quantità ragionevoli che si trovano nell'olio d'oliva, nell'olio di palma, nell'olio di germe di grano, nell'olio di amaranto e nell'olio di crusca di riso.

L'olio d'oliva contiene da 3,9 a 9,6 grammi di squalene per litro ².

Benefici per la Pelle

Dal punto di vista cosmetico, squalano e squalene esibiscono proprietà simili:

- **proteggono la cute** grazie alla capacità di rigenerare il film idrolipidico cutaneo, che impedisce l'aggressione da parte degli agenti esterni;
- **idratano la pelle**, riducendo l'evaporazione dell'acqua dagli strati epidermici più profondi (Trans Epidermal Water Loss).

Lo squalano viene utilizzato come emolliente, sia nei prodotti skin care che per la detersione, destinati a **pelli sensibili**, secche e nei prodotti per bambini.

Sebbene lo squalano sia prodotto naturalmente dall'organismo, la produzione di questa sostanza chimica rallenta drasticamente dopo i trent'anni, contribuendo così alla pelle secca ⁶.

Secondo la ricerca, lo squalano ha anche **proprietà antiossidanti e antinfiammatorie** che possono

ridurre il rossore e il gonfiore della pelle ⁷.

Squalene e squalano possono essere utili anche nel trattamento di disturbi della pelle come la **psoriasi**, la **dermatite atopica** e l'**acne** ^{1,8}.

Studi e Benefici

In 40 donne di età superiore ai 50 anni con problemi di fotoinvecchiamento, l'integrazione orale di squalene per 90 giorni ha **ridotto il rossore e migliorato la sintesi di collagene**, già a basse dosi (13,5 grammi al giorno) ⁹.

A dosi più elevate (27 grammi al giorno), ha anche ridotto significativamente le rughe.

Entrambe le dosi sono state efficaci nel ridurre la morte cellulare causata dalle radiazioni UV. Sul fronte degli **effetti collaterali**, feci molli transitorie sono state riscontrate dal 35% dei volontari nel gruppo a basso dosaggio e dal 55% nel gruppo ad alto dosaggio.

In uno studio clinico su 23 donne, una combinazione di squalene e fullerene (un antiossidante) applicata topicamente per 8 settimane ha **ridotto la comparsa delle rughe** ¹⁰.

Lo squalene può essere utile anche nel trattamento di disturbi della pelle come **psoriasi**, **dermatiti** e **acne** ^{1,8}.

Sicurezza d'Impiego

Dal punto di vista tossicologico, anche quando applicato puro su cute e occhi, lo squalano si è dimostrato non irritante e non sensibilizzante.

Un ulteriore vantaggio dello squalano è che, sebbene tecnicamente sia un grasso, non ha una sensazione oleosa, è inodore, antibatterico ed è sicuro per la pelle sensibile.

Un Consiglio per la Tua Bellezza

Con la crescente consapevolezza dell'importanza della dieta e della nutrizione nella gestione della salute, "**la bellezza dall'interno**" sta diventando un'importante parte della beauty routine quotidiana.

X115® +Plus² è un **integratore antirughe di nuova generazione**, con una Doppia Formula "Day & Night" che apporta Collagene (5g), Acido Ialuronico (100mg), Vitamina C, Biotina, Zinco, Rame, ed Estratti Vegetali Biostimolanti (utili per sostenere la naturale attività dei fibroblasti nella sintesi di collagene, acido Ialuronico ed elastina).



X115[®]+PLUS - Integratore Antirughe | Doppia Formula Day & Night | Con Collagene (5g), Acido Ialuronico, **Astaxantina**, **Coenzima Q10**, **Acido Lipoico**, **Resveratrolo**, ed Estratti Vegetali Biostimolanti e Antiossidanti (Melograno, Cacao, Olivo, Centella, Echinacea).

[Cetilstearyl isononanoato nei Cosmetici](#)[Hydroxyethyl acrylate/sodium acryloyldimethyl taurate copolimer](#)

Tratto dalla Tesi della Dr.ssa Virginia Conti - [Progettazione e sviluppo di un trattamento cosmeceutico antietà per la medicina estetica](#) - Corso di laurea in Scienze e tecnologie dei prodotti erboristici, dietetici e cosmetici. Università di Ferrara. Relatore: Prof. Silvia Vertuani. Correlatore: Prof. Stefano Manfredini