

# ARGININA | BENEFICI PER LA PELLE | VANTAGGI PER RUGHE E FERITE



Category: [X115](#)

Tag: [Amminoacidi](#)

# Cos'è, a Cosa Serve

L'arginina (INCI **Arginine**) è un aminoacido proteino-genico condizionatamente essenziale.

Si trova normalmente nel cibo e partecipa alla sintesi delle proteine e ai processi di produzione energetica, detossificazione, funzionalità vascolare e [difesa immunitaria](#).

A livello cutaneo, l'arginina è importante perché:

- interviene nella sintesi del collagene e nei processi di guarigione delle ferite;
- è un importante componente dell'NMF.

## Cos'è l'NMF?

Il **fattore di idratazione naturale** (NMF) è responsabile del mantenimento del contenuto d'acqua dello strato corneo, quindi della normale idratazione cutanea <sup>1,2</sup>.

I costituenti dell'NMF includono:

- **amminoacidi liberi** (~ 40%), dei quali la serina è la più abbondante (~36%), seguita da glicina (22%) e alanina (13%). Istidina, ornitina, citrullina e arginina rappresentano ciascuno il 6-8% degli aminoacidi liberi che compongono l'NMF <sup>3</sup>.
- **Acido pirrolidon carbossilico** (PCA), **acido lattico** e **urea**, che sono tutti altamente solubili in acqua e igroscopici, il che li rende umettanti efficienti; ciascuno rappresenta circa l'8-10% dell'NMF <sup>4</sup>.
- **Sali minerali**, inclusi potassio, sodio, magnesio e calcio, che nel complesso rappresentano il 5% dell'NMF <sup>5</sup>.

## Uso nei Cosmetici

L'arginina si presenta sotto forma di polvere bianca inodore, solubile in acqua.

All'interno dei cosmetici, ha **proprietà idratanti e condizionanti su cute e capelli**. Inoltre, migliora la tenuta del colore e la performance del processo di tintura del capello.

L'arginina viene quindi usata all'interno di prodotti [cosmetici ad azione idratante](#) e antiage. È indicata nella formulazione di prodotti per pelli secche e anelastiche.

È impiegata anche come regolatore di pH e agente neutralizzante in prodotti destinati a [pelli particolarmente sensibili](#), in sostituzione dell'idrossido di sodio e/o della trietanolamina.

Come ingrediente funzionale, si utilizza in concentrazioni comprese tra lo 0,5 e il 2%.

# Proprietà Antiaging

L'applicazione topica di arginina può essere utile negli approcci di ringiovanimento della pelle e nella guarigione delle ferite.

Studi in vitro hanno osservato che l'arginina aiuta a mantenere e stimolare la funzione e la proliferazione dei fibroblasti cutanei, stimolando la sintesi di collagene e proteggendoli dall'apoptosi <sup>6, 12</sup>.

Uno studio ha dimostrato che la sintesi del collagene è stata notevolmente migliorata in volontari anziani sani attraverso la somministrazione orale di una miscela di arginina, HMB e glutammina <sup>13</sup>.

L'aumentata **sintesi di collagene aiuta a rallentare l'invecchiamento della pelle**, riducendo le rughe e la secchezza cutanea, e migliorandone l'elasticità <sup>14, 15, 16, 17</sup>.

Per aumentare la sintesi di collagene in modo naturale, ti consigliamo l'integratore antirughe X115<sup>®</sup>+PLUS<sup>2</sup>, con collagene marino idrolizzato (5g), acido ialuronico (100 mg) e un complesso di altri 17 principi attivi antiaging ad alta biodisponibilità.



X115<sup>®</sup>+PLUS<sup>2</sup> - Integratore Antiage | Doppia Formula Day & Night | Con **Collagene Marino Idrolizzato** (5g), **Acido Ialuronico** ed Estratti Vegetali Biostimolanti | **Sostiene la Naturale**

## Guarigione delle Ferite

Lo stimolo dell'arginina sulla proliferazione dei fibroblasti è un processo chiave anche per la formazione di nuovo tessuto a livello delle ferite <sup>12</sup>.

L'arginina somministrata per via topica ma soprattutto orale può quindi essere considerata un fattore importante nel recupero dei tessuti lesionati <sup>6,7</sup>.

L'integrazione di arginina ha dimostrato di migliorare la guarigione delle ferite, come manifestato dall'aumento della funzione immunitaria mediata dalle cellule T, da una maggiore resistenza alla rottura della ferita, e dall'aumentata deposizione di collagene <sup>8,9,10,11</sup>.

È stato anche dimostrato che il trattamento con arginina regola l'ambiente delle citochine nel sito della ferita, riducendo i livelli di IL-6. In questo modo, l'arginina riduce anche gli effetti negativi dell'aumento dell'infiammazione nella ferita <sup>10</sup>.