Settimanale
26-09-2025
Pagina 74
Foglio 1

DIPIÙ

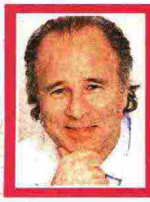
Readership: 1.401.000
Tiratura: 400.000
Diffusione: 250.394

Area cm2: 284/577

www.ecostampa.it

I segreti di una PELLE da star

di Antonino Di Pietro



Il dermatologo delle "stelle" svela i segreti per avere una pelle fresca come quella delle celebrità

Pediluvio per piedi doloranti • Come prevenire il Fuoco di Sant'Antonio • Impacchi contro il giradito

Dopo un'estate sempre con i sandali, ora rimettere le scarpe chiuse tutto il giorno mi provoca dolore. C'è qualche rimedio naturale per risolvere il problema?

Costanza

Certamente. Una volta rientrata a casa dopo il lavoro, può immergere i piedi doloranti in una bacinella con acqua tiepida, aggiungendo un cucchiaino di bicarbonato. Questo semplice pediluvio ha un effetto lenitivo ed emolliente, rendendo la pelle più morbida e alleviando la sensazione di affaticamento. Dopo l'ammollo, è utile massaggiare i piedi con un olio. Può scegliere l'olio di camomilla, noto per le sue proprietà calmanti e antinfiammatorie, che dona sollievo immediato a piedi arrossati o gonfi. In alternativa, l'olio di ribes nero stimola la microcircolazione cutanea e contribuisce a mantenere la pelle tonica e sana. Infine, ricordi di indossare scarpe ampie e confortevoli, meglio se dotate di solette morbide per proteggere i talloni.

Che cos'è il Fuoco di Sant'Antonio e come si può prevenire?

Elisabetta

Il Fuoco di Sant'Antonio è una riattivazione del virus dell'herpes zoster, che rimane nell'organismo dopo una prima infezione da varicella. Si manifesta con dolore localizzato, bruciore, prurito e, dopo pochi giorni, con la comparsa di vescicole. Non esiste una prevenzione specifica che lo elimini del tutto, ma tende a comparire soprattutto quando le difese immunitarie si abbassano, ad esempio dopo una malattia o in periodi di forte stress. Per ridurre il rischio è utile mantenere il sistema immunitario in buona salute attraverso uno stile di vita equilibrato e un'alimentazione ricca di frutta e verdura fresche, fonti preziose di vitamine, sali minerali e antiossidanti.

Che cos'è il giradito e quali sono le sue cause?

Francesca

Il giradito, un'infezione della pelle e dei tessuti attorno all'unghia, colpisce con maggiore frequenza chi svolge professioni che comportano un contatto prolungato delle mani con l'acqua, come parrucchieri e baristi. Qualunque sia la zona interessata dall'infezione, alcuni semplici accorgimenti possono favorire la guarigione. Tra i rimedi più utili vi è l'immersione del dito in acqua tiepida e sale per alcuni minuti; in alternativa, si possono applicare garze imbevute di disinfettante. Anche le creme antibiotiche possono risultare efficaci: è sufficiente stenderne uno strato abbondante e avvolgere il dito con pellicola trasparente per alcune ore, così da facilitarne l'assorbimento. Se l'infezione non tende a regredire entro pochi giorni, è importante consultare il medico.



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

112296-ITONJ7

L'ECO DELLA STAMPA®
LEADER IN MEDIA INTELLIGENCE

Si parla di noi