

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

La temperatura dell'acqua della vasca • La manicure da soli • Tatuaggi: come toglierli

Mia moglie e io discutiamo spesso sulla temperatura giusta per immergersi nella vasca da bagno. Per me troppo calda fa male: sbaglio?

Edoardo C.

No, non sbaglia. Consiglio acqua tiepida anche in inverno, nella vasca e sotto la doccia. L'acqua troppo calda disidrata e indebolisce il film idrolipidico, favorendo arrossamenti e screpolature. La temperatura dell'acqua dovrebbe essere impostata attorno ai 35 o 37 gradi e l'ammollo non dovrebbe superare i venti minuti. Quanto alla doccia, al termine suggerisco una sferzata rigenerante di acqua fredda, perché i vasi capillari si allenano a mantenere l'elasticità. Quando massaggiamo durante il lavaggio tutto il corpo con la mano o con la spugna esercitiamo piccole pressioni per tonificare la pelle.

Vorrei fare la manicure da sola. Ha qualche consiglio da darmi per non rovinarmi le unghie?

Mirella

Rispetti la fisiologia dell'unghia e di ciò che le sta intorno. Spesso anche solo un taglietto può diventare il terreno per la comparsa di funghi e batteri che vanno trattati tempestivamente. Un segnale premonitore è l'alterazione dell'unghia nel colore e nella forma: se sono gialle, frastagliate o biancastre qualcosa non va. La cura per debellare

un fungo può essere anche molto lunga. L'ammollo quotidiano in acqua e bicarbonato è utile per contrastare la crescita del fungo, ma spesso non è sufficiente e, perciò, bisogna prescrivere medicine per bocca a base di terbifanina o itraconazolo.

Ho parecchi tatuaggi sul corpo, che ora, a quarantasette anni, non rifarei più. Uno, ben visibile, lo vorrei rimuovere. Come posso fare?

Luca F.

In passato la rimozione dei tatuaggi era difficile, dolorosa e rischiosa, poiché le tecniche utilizzate erano invasive e lasciavano spesso cicatrici. Ormai, invece, togliere tatuaggi è molto più semplice, alla portata di tutti e non rovina la pelle. La soluzione migliore è senza dubbio il laser (il più usato è il "Q-switch"), che agisce frantumando i granuli di pigmento dell'inchiostro in modo da ridurli in particelle così piccole da poter essere digerite dai macrofagi della cute (cellule che funzionano da "spazzino"). L'emissione laser in tempi così brevi permette di confinare l'effetto termico al solo bersaglio da colpire, ovvero il pigmento, salvaguardando i tessuti circostanti. C'è comunque da sottolineare che, prima di procedere con la rimozione, è sempre necessaria la consulenza di un esperto, in grado di inquadrare ogni caso specifico e di attestare lo stato di salute della pelle e, di conseguenza, la sua idoneità al trattamento.

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

La temperatura dell'acqua della vasca • La manicure da soli • Tatuaggi: come toglierli

Mia moglie e io discutiamo spesso sulla temperatura giusta per immergersi nella vasca da bagno. Per me troppo calda fa male: sbaglio?

Edoardo C.

No, non sbaglia. Consiglio acqua tiepida anche in inverno, nella vasca e sotto la doccia. L'acqua troppo calda disidrata e indebolisce il film idrolipidico, favorendo arrossamenti e screpolature. La temperatura dell'acqua dovrebbe essere impostata attorno ai 35 o 37 gradi e l'ammollo non dovrebbe superare i venti minuti. Quanto alla doccia, al termine suggerisco una sferzata rigenerante di acqua fredda, perché i vasi capillari si allenano a mantenere l'elasticità. Quando massaggiamo durante il lavaggio tutto il corpo con la mano o con la spugna esercitiamo piccole pressioni per tonificare la pelle.

Vorrei fare la manicure da sola. Ha qualche consiglio da darmi per non rovinarmi le unghie?

Mirella

Rispetti la fisiologia dell'unghia e di ciò che le sta intorno. Spesso anche solo un taglietto può diventare il terreno per la comparsa di funghi e batteri che vanno trattati tempestivamente. Un segnale premonitore è l'alterazione dell'unghia nel colore e nella forma: se sono gialle, frastagliate o biancastre qualcosa non va. La cura per debellare

Consigli LEGGI

Rubare un pacco lasciato in portineria equivale al furto in un'abitazione

Un pacco lasciato in portineria e rubato equivale al furto in un'abitazione, secondo la sentenza della Corte di Cassazione. La sentenza è stata emessa in un caso in cui un pacco era stato lasciato in portineria e rubato da un ladro. La Corte ha stabilito che il furto è avvenuto in un'abitazione, poiché il pacco era considerato parte integrante dell'abitazione. Questa sentenza ha importanti implicazioni per i cittadini, in quanto significa che i pacchi lasciati in portineria sono considerati parte integrante dell'abitazione e, di conseguenza, il furto di un pacco lasciato in portineria è considerato un furto in un'abitazione. Questa sentenza ha anche implicazioni per i giudici, in quanto significa che i pacchi lasciati in portineria sono considerati parte integrante dell'abitazione e, di conseguenza, il furto di un pacco lasciato in portineria è considerato un furto in un'abitazione.