

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

Profumo al sole: favorisce le macchie • Come prevenire le unghie incarnite • Abbronzatevi poco alla volta

Mi hanno consigliato di non mettere il profumo quando mi espongo al sole. Perché?

Franca

Perché l'esposizione ai raggi solari con un'essenza profumata sulla pelle può dare luogo a fenomeni di fotosensibilizzazione, cioè alla comparsa di reazioni allergiche o di antiestetiche macchie della pelle chiare o scure. Simili fenomeni sono da ricollegare alla presenza di alcune sostanze che sono utilizzate con una certa frequenza nelle fragranze dei profumi. È il caso della lavanda o del bergamotto, ma gli esempi possono essere innumerevoli. Per evitare fenomeni fotosensibilizzanti, suggerisco perciò di non spruzzare alcun profumo sulla pelle prima di esporsi alla luce diretta del sole. Nel caso in cui lo si abbia fatto nelle ore precedenti, raccomando di detergere con cura la pelle, così da eliminare qualsiasi traccia dell'essenza.

Vorrei sapere se esiste un modo per evitare la formazione di unghie incarnite ai piedi.

Gianni

Per prevenire l'unghia incarnita, suggerisco di evitare calzature troppo strette. Raccomando in particolare di fare attenzione alle donne che hanno l'abitudine di usare scarpe con tacchi alti. Infatti un uso prolungato dei tacchi a spillo può costringere in maniera eccessiva il piede, favorendo lo

schacciamento delle dita e la conseguente crescita irregolare delle unghie. Per evitare la formazione di unghie incarnite consiglio inoltre di non effettuare pedicure aggressive. Raccomando invece di tagliare le unghie dei piedi in maniera corretta, con l'ausilio di un tronchesino al posto delle classiche forbicine. Il taglio deve essere realizzato cercando di mantenere una forma squadrata per evitare che le unghie si incarnino sotto la pelle adiacente.

È vero che per abbronzarsi bene bisogna esporsi al sole in fretta?

Milena

No, non è vero. È esattamente il contrario. Per abbronzarsi bene, tutelando nel contempo la salute della pelle, è essenziale esporsi con gradualità. Solo così facendo si permette alla nostra pelle di produrre una quantità sufficiente di melanina, la sostanza che la rende piacevolmente dorata, contrastando scottature e irritazioni. Per questo motivo, una buona prassi è quella di iniziare a esporsi prima di partire per le vacanze, trascorrendo magari qualche pomeriggio al parco o in piscina. L'ideale è cominciare con una esposizione di mezz'ora il primo giorno per poi aumentarla progressivamente nelle giornate successive. In questo modo si riesce a giungere al periodo di esposizione prolungata con uno scudo naturale più efficace che mette la pelle al riparo dalla azione dannosa dei raggi solari.

