

Evitate odori sgradevoli con una pietra naturale

Si chiama cristallo di potassio ed è un minerale vulcanico che chiude i pori della pelle, riducendo la sudorazione • Si deve passare sulla pelle una sola volta



1) Pure & Sensitive Roll-On di Nivea è un deodorante che contiene estratto di camomilla e olio di avocado e profuma la pelle fino a quarantotto ore, idratandola e prevenendo le irritazioni. 2) Deoroller di Doliva è un deodorante senza alcol, a base di olio d'oliva, che garantisce una freschezza che dura tutto il giorno. 3) Neutro Tripla Protezione di Infasil è efficace contro il sudore e i cattivi odori perché li assorbe invece che coprirli, inoltre dona freschezza tutto il giorno e rende morbida la pelle. 4) Deo Nature di Lycia è un deodorante ricco di echinacea e vitamina E, due sostanze in grado di proteggere la pelle e profumarla per ventiquattro ore. 5) Deo Spray Hammam Deodorante di Teori d'Oriente è uno spray aromatico all'olio di argan e ai fiori di arancio che dona alla pelle un profumo molto gradevole e naturale. 6) Perspirex di Pasquali è un deodorante che inibisce l'attività delle ghiandole sudoripare, regolando la produzione del sudore e impedendo l'insorgenza di odori sgradevoli. 7) Deodorante Vapo No Gas Freschezza Vellutata Iris blu di Mantovani è un deodorante che regola la sudorazione, donando alla pelle il profumo fresco del fiore Iris per quarantotto ore.

I NOSTRI CONSIGLI

Per una pelle fresca è utile lavare le ascelle con acqua tiepida in cui sono diluiti due cucchiaini di bicarbonato o di oli essenziali di timo o di menta.

- Se in genere la vostra sudorazione è molto abbondante, è consigliato bere molta acqua o tè verde, diuretici, per facilitare l'eliminazione

zione di liquidi e di tossine e per bloccare il sudore.

- Oltre al cotone, le fibre naturali che si possono indossare a contatto con la pelle sono lana, seta e lino.

- Per una pelle profumata curate l'alimentazione, diminuendo il consumo di carne rossa, alcol, formaggi e fritti.

Proprio ora che indossiamo maglioni pesanti e che possiamo facilmente da ambienti freddi ad ambienti caldi, c'è il rischio di sudare. Per fare in modo che la vostra pelle sia sempre fresca e profumata e per prevenire la formazione di cattivi odori che possono mettere a disagio, consiglio di seguire alcune semplici regole. Prima di tutto suggerisco di curare ogni giorno la propria igiene, facendo la doccia ogni mattina e lavando con attenzione le pieghe della pelle. Inoltre suggerisco di vestirsi con tessuti che lasciano traspirare la pelle e di usare, come rimedio naturale, il cristallo di potassio».

Questi sono i consigli di un grande esperto, il professor Antonino Di Pietro (www.antoninodipietro.it), dermatologo di fama internazionale, presidente e fondatore dell'Isplad, la Società di dermatologia plastica oncologica e rigenerativa. Ci siamo rivolti a lui per sapere che cosa consiglia per evitare odori sgradevoli, e gli chiediamo: «Perché consiglia di farsi la doccia ogni giorno facendo attenzione in particolare a lavare con cura le pieghe delle pelle?».

«Perché proprio in queste zone, cioè sotto le ascelle, nella zona dell'inguine, fra le dita dei piedi e sotto il seno, si depositano le cellule morte della pelle: si accumulano lì, causando un cattivo odore», dice il professor Di Pietro. «Suggerisco poi di lavarsi usando saponi con Ph acido, cioè con un valore compreso tra 5 e 7, segnalato sull'etichetta della confezione: sono saponi delicati che non sgrassano troppo la

pelle».

«Quali tessuti consiglia di indossare per evitare di sudare?».

«Suggerisco di evitare le fibre sintetiche che impediscono una buona traspirazione», risponde il professor Di Pietro. «Raccomando, poi, di indossare sempre sotto i maglioni una maglietta di cotone al 100 per cento. Inoltre consiglio di indossare indumenti larghi e di lavarli dopo averli usati una volta perché assorbono il sudore e i cattivi odori».

«Contrasta l'azione dei batteri»

«Perché suggerisce di usare il cristallo di potassio come rimedio naturale per evitare odori sgradevoli?».

«Perché svolge anche la funzione di un antibatterico e, quindi, serve a contrastare l'azione dei batteri che causano il sudore», spiega il professor Di Pietro. «Il cristallo di potassio, chiamato anche pietra di allume di potassio, è un minerale vulcanico, grande come una pietra, che si trova in farmacia o in erboristeria. Ha anche la proprietà di cicatrizzare le piccole ferite».

«Come si usa?».

«Basta passare la pietra sotto le ascelle, dopo averle lavate e asciugate: essa chiude i pori per un po', riducendo il sudore», dice

il professor Di Pietro. «Raccomando però di passarla sola una volta, altrimenti si blocca per troppo tempo la sudorazione e questo non va bene. Infatti sudare è importante perché permette di eliminare le tossine e di regolare la temperatura del nostro corpo».



Il professor Antonino Di Pietro