



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

Troppo sudore: lavatevi spesso • Giradito: non togliete le pellicine • Come prevenire l'orzaiole

Anche se siamo solo a marzo mi ritrovo a sudare eccessivamente: che cosa mi suggerisce?

Franco

La prima arma per lottare contro l'iperproduzione di sudore consiste nel lavarsi più volte al giorno con acqua tiepida. Quindi, le suggerisco di depilarsi le ascelle (non è un gesto riservato alle donne): così è favorita l'applicazione del deodorante. Poi le raccomando di indossare il più possibile indumenti in fibre naturali, come cotone, lino e seta, evitando quelli in materiali sintetici poiché causano una sorta di vero e proprio surriscaldamento. Prediliga cibi idratanti: frutta e verdure fresche.

Come mi consiglia di evitare che si formi un giradito?

Donata

Il giradito è una fastidiosa infiammazione che si presenta come un'afezione che circonda ad anello il dito. Si manifesta per alcune cattive abitudini quotidiane, come succhiarsi le dita, mangiarsi le unghie, sottoporre le mani al continuo contatto con acqua o con sostanze irritanti. Ma il giradito compare spesso anche in seguito a manovre aggressive, che eliminano le cuticole, cioè le pellicine che circondano le unghie (le quali hanno il compito di proteggere contro virus, funghi e batteri). Da qui il mio consiglio per tutte le donne (e non solo): non rimuovere mai le cuticole.

Soffro spesso di orzaiole. Si può prevenire?

Isa

Sì. Per prevenire questa specie di foruncolo doloroso che compare sulla palpebra raccomando di fare molta attenzione all'igiene, cominciando da gesti basilari come lavarsi accuratamente le mani prima di toccare gli occhi, soprattutto quando chi ne fa uso cambia le lenti a contatto. È bene anche evitare trucchi che possano predisporre all'infezione, pulire con cura le ciglia mentre si fa il bagno o la doccia. Le suggerisco di usare un detergente delicato, che segua il verso della piega delle ciglia per eliminare il sebo in eccesso e rimuovere eventuali batteri insediatisi sulla superficie della pelle.

Mi hanno parlato del needling: di che cosa si tratta?

Danila

Il needling o "collagen induction therapy" è una procedura microchirurgica per stimolare la pelle in profondità, attraverso micropunture con un piccolo rullo montato con dei sottilissimi e cortissimi aghi, il cui scopo sarebbe quello di stimolare in modo naturale la produzione di fibre elastiche e collagene, per dare e mantenere tono e sostegno alla pelle. Uso il condizionale perché io non sono favorevole a questa tecnica: oltre a essere un atto invasivo, tenga presente comunque che il needling può facilmente causare infezioni e granulomi.



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

112296