

Il medico spiega come prevenire e curare fastidiose lesioni della pelle

VERRUCHE: INDOSSATE SEMPRE LE CIABATTE NELLE PISCINE E NELLE DOCCE AL MARE

«Il disturbo è causato da un virus che si insinua nei piccoli graffi o nelle escoriazioni sulla pelle e che si propaga negli ambienti caldo-umidi» • «Per questo, se si hanno piccole ferite sulla pelle, consiglio di coprirle con cerotti impermeabili di silicone e di non camminare a piedi nudi sul bordo delle piscine o nelle docce» • «Sulla battigia non ci sono rischi perché l'acqua di mare non permette al virus di sopravvivere»

di Roberta Pasero

Milano, agosto

In estate quando si frequentano le piscine e si sta maggiormente all'aria aperta aumenta il rischio di contrarre le verruche. In realtà non è un disturbo stagionale perché ne soffre periodicamente almeno il 7 per cento della popolazione durante tutto l'anno, ma soprattutto in questa stagione si contraggono con maggiore facilità, complici gli ambienti caldo-umidi e l'abitudine di camminare e di fare la doccia a piedi nudi, perché proprio sotto i piedi si formano le più fastidiose».

Sono le parole del professor Antonino Di Pietro, uno dei più noti ed esperti medici dermatologi d'Italia, www.antoninodipietro.it, presidente fondatore dell'Isplad, la Società internazionale di dermatologia plastica, rigenerativa e oncologica, e direttore dell'Istituto Dermoclinico [Vita Cutis](http://www.vitacutis.com), a Milano, www.dermoclinico.com.

Che cosa sono e perché si formano le verruche?

«Sono lesioni della pelle di colore grigio chiaro, spesso a forma di piccolo cavolfiore e con una grandezza variabile da pochi millimetri fino al centimetro di diametro, altamente contagiose. Si contraggono dal virus Human Papilloma Virus, che si insinua nei piccoli graffi o nelle escoriazioni sulla pelle. Questo virus sopravvive più a lungo e si propaga più facilmente in ambienti caldo-umidi».

continua a pag. 54



«SONO ALTAMENTE CONTAGIOSE» Milano. Il professor Antonino Di Pietro, uno dei più noti e autorevoli dermatologi italiani, presidente fondatore dell'Isplad, la Società internazionale di dermatologia plastica, rigenerativa e oncologica, e direttore dell'Istituto dermoclinico [Vita Cutis](http://www.vitacutis.com) a Milano. «Le verruche sono lesioni della pelle altamente contagiose», spiega il professor Di Pietro. «Si contraggono da un virus che si insinua nei piccoli graffi o nelle escoriazioni sulla pelle. Questo virus sopravvive più a lungo e si propaga più facilmente in ambienti caldo-umidi».

MEDICINA

continua da pag. 53

riazioni sulla pelle. Questo virus sopravvive più a lungo e si propaga più facilmente in ambienti caldo-umidi, dove molte persone camminano a piedi nudi, come i bordi delle piscine, gli spogliatoi delle palestre, le saune.

Si possono contrarre anche in riva al mare?

«No. L'acqua di mare non permette al virus di sopravvivere grazie ai sali che vi sono disciolti. Tuttavia suggerisco comunque di fare attenzione anche lì. Per esempio sulla spiaggia ci sono docce dove, in genere, dopo il bagno ci si va a sciacquare con l'acqua dolce. Spesso sul piano di queste docce rimangono piccole pozze d'acqua calda dove il virus delle verruche sopravvive».

A parte chi cammina a piedi nudi nei luoghi caldo-umidi, chi è più predisposto ad avere le verruche?

«Chi soffre di disturbi circolatori. Infatti in questi pazienti la pelle è meno irrorata dal sangue e, dunque, più fragile e più facilmente soggetta all'aggressione del virus delle verruche. Inoltre sono più predisposti i pazienti che soffrono abitualmente di dermatiti, cioè di disturbi della pelle di origine allergica, poiché la loro pelle è più vulnerabile».

Quanto tempo impiegano le verruche a formarsi?

«In genere possono passare da uno a otto mesi prima che appaiano in modo evidente sulla pelle. Per questo non è possibile curarle subito ma bisogna attendere che si manifestino».

Le verruche si formano con maggiore facilità soltanto sulla pianta dei piedi?

«No. Possono comparire dappertutto, specie nelle parti della pelle che si screpolano più facilmente, come i gomiti e le ginocchia. Quelle che si formano sulla pianta del piede possono essere particolarmente dolorose perché crescendo verso l'interno raggiungono gli strati più profondi della pelle e, a causa del peso corporeo, possono premere contro una terminazione nervosa cau-



«LIMONE E AGLIO NON SERVONO» **Milano. Il professor Antonio Di Pietro. «Strofinare per alcuni giorni le verruche con l'alcol oppure con succo di limone e aglio tritato non serve a farle scomparire. Sconsiglio vivamente di curarsi da soli provando a estirparle con forbicine e ago sterilizzati».**

sando un dolore simile a quello provocato da un sassolino in una scarpa e rendendo molto difficile e doloroso camminare. Anche per questo raccomando di prevenirle».

Quali precauzioni consiglia di seguire?

«Se ci si accorge di avere piccole ferite o abrasioni sulla pelle, consiglio di coprirle con speciali cerotti impermeabili di silicone, da acquistare in farmacia. Essi evitano che il virus si insinui nella pelle e provochi le verruche. Inoltre suggerisco di camminare sul bordo della piscina, nella zona delle docce e negli ambienti caldo-umidi indossando ciabatte di plastica da lavare una volta alla settimana lasciandole in ammollo per una decina di minuti in una bacinella piena d'acqua con un po' di candeggina o di disinfettante. In ogni caso, nei mesi

caldi, suggerisco di preferire calzature di tela e di cuoio per consentire alla pelle di respirare meglio. Infatti se i piedi sudano molto la pelle si macera ed è maggiormente predisposta al rischio di infezione».

Che cosa consiglia per evitare il contagio da chi ha già le verruche?

«Suggerisco di non calzare ciabatte di altre persone e di non utilizzare asciugamani altrui. Quindi raccomando di usare l'asciugamano una sola volta, per evitare che l'infezione si propaghi a un'altra parte del corpo, e di lavarlo sempre ad alte temperature per eliminare il virus delle verruche».

Se, nonostante queste precauzioni, le verruche si formano, è possibile che scompaiano da sole?

«Sì, possono guarire in modo spontaneo poiché il nostro sistema immunitario è programmato per aggredire i virus, come quelli che generano le verruche. Tuttavia è poco frequente che guariscano da sole. Per questa ragione consiglio a chi le ha di consultare subito il dermatologo per cominciare la terapia più appropriata e per evitare così che le verruche, crescendo, possano infettare altre zone della pelle vicine, arrivando a formare famiglie di verruche».

È vero che le verruche si possono eliminare strofinandole per alcuni giorni con l'alcol oppure con succo di limone e aglio tritato?

«No. Queste sostanze hanno tutte potere disinfettante ma non servono a fare scomparire le verruche. Sconsiglio vivamente di curarsi da soli provando a estirpare le verruche con forbicine e ago sterilizzati poiché si corre il rischio di provocare un'infezione o una seconda infezione di origine batterica».

Lei come suggerisce di eliminare le verruche?

«Se sono di piccole dimensioni, consiglio di ricorrere a particolari gel in vendita in farmacia a base di acido acetilsalicilico, acido retinoico o acido lattico. Suggerisco al paziente di applicare questi gel ogni giorno dopo avere lavato la parte infettata dalle verruche con acqua calda che, esercitando un'azione emolliente, consente al farmaco di agire più in profondità».

Invece che cosa suggerisce se le verruche sono di grandi dimensioni?

«Se sono già grandi, consiglio di toglierle ricorrendo al laser. In questo modo in pochi secondi possono essere eliminate con efficacia. In alternativa si può ricorrere alla crioterapia, cioè al loro congelamento con azoto liquido a temperatura inferiore ai meno 196 gradi. A poche ore dal trattamento si forma una bolla che dopo qualche giorno si secca e si stacca portando via anche le verruche "congelate"».

Roberta Pasero

© RIPRODUZIONE RISERVATA