

UNGHIE CHE SI SPEZZANO IL DERMATOLOGO TI SPIEGA COME RINFORZARLE

Aprile 2017 • Anno VII • Num. 4 (76) - Mensile - 21/03/2017 Più Sani Più Belli € 1,90
Distributore esclusivo: Press-di Distribuzione Stampa e Multimedia S.r.l. - 20090 Segrate (MI)

www.piusanipiubelli.it

più Sani più Belli

Magazine

CAPELLI

CONCIATI PER LE FESTE

Guida a pettinature, stili e accessori per occasioni davvero speciali

Anna Falchi

“Tutti i segreti della mia pelle effetto seta. E poi, così combatto il **mal di schiena!**”

TEMPO DI STARNUTI

STOP ALLE ALLERGIE!

✓ CURE ✓ VACCINI
✓ RIMEDI NATURALI

LA TUA SALUTE

MAL DI TESTA: CURIAMOCI COSÌ!

- Cosa fare subito
- I farmaci e le terapie
- Il ruolo del cibo

MEDICINA ESTETICA

NASO NUOVO SENZA BISTURI!

Con il rinofiller si può: come funziona e quando ricorrervi

SPECIALE BELLEZZA

PELLE PIÙ TONICA E FRESCA

Pulizia, maschere e peeling per una stertata di energia

IL TRUCCO C'È, MA NON SI VEDE!

Realizziamo un make-up super naturale e per tutte le età

BENVENUTA, PRIMAVERA!

E ADESSO... DEPURIAMOCI!

CON LA DIETA DISINTOSSICANTE RIGENERI IL FEGATO, PERDI I CHILI DI TROPPO E TI SENTI SUBITO PIÙ CARICA E IN FORMA!

STORIE CHE COMMUOVONO

DALILA DI LAZZARO “LA MIA BATTAGLIA CONTRO IL DOLORE”. LE TUTELE DELLA LEGGE E LE ULTIME SULLA TERAPIA ANTALGICA

AMORE & PSICHE

È LUI L'UOMO GIUSTO? DRITTE E CONSIGLI PER UNA COPPIA A PROVA DI SCOPPIO!



Dermatologia

Le unghie che **si spezzano**

La storia di Ilaria

Ilaria ha le unghie deboli, che si sfaldano, con una base irregolare. Si è sottoposta per un po' di tempo ai trattamenti estetici di manicure con il gel e non immaginava che questa pratica potesse peggiorare la salute delle sue unghie. Vorrebbe sapere cosa può fare per migliorare la situazione...



Il commento
del dott.
**ANTONINO
DI PIETRO,**

Direttore dell'Istituto
Dermoclinico Vita Cutis,
al cui interno c'è il
primo Ambulatorio per
il benessere e la cura
delle unghie.
[www.istitutodermo
clinico.com](http://www.istitutodermo
clinico.com)

I problemi dell'unghia possono essere di diversa natura perciò, per avere una diagnosi corretta, occorre farsi visitare da un dermatologo. La ricostruzione delle unghie in gel o acrilico, presa d'assalto da donne di tutte le età, non è da condannare in assoluto. Certo è che una persona con le unghie deboli non potrà avere giovamento da questo trattamento. In questo campo, però, l'utilizzo di prodotti di qualità e il metodo di applicazione sono condizioni necessarie per salvaguardare la salute delle unghie. Per quanto riguarda i centri dove ci si reca per fare la manicure, il primo elemento che il cliente ha a disposizione per verificare se il centro è serio è quello di accertarsi che l'operatrice abbia un diploma

che attesti l'idoneità alla professione. Se una volta interrotto il trattamento con il gel, l'unghia dovesse risultare molto sottile, allora è bene fare una pausa di almeno tre mesi prima di ricominciare. In ogni caso, la realtà è che negli ultimi tre anni c'è stato un aumento del 75% della richiesta di visite dermatologiche per problemi alle unghie, per la maggior parte dovute a manicure casalinghe aggressive, all'utilizzo di prodotti poco affini con la superficie ungueale ma anche a malattie ereditarie, all'anemia e all'utilizzo di farmaci che possono interferire con la loro salute. Anche la manicure fai-da-te deve rispettare la fisiologia dell'unghia e di ciò che le sta intorno. Spesso, infatti, un taglietto può essere il terreno per la

comparsa di funghi e batteri che vanno trattati tempestivamente per non peggiorare la situazione. In genere un segnale premonitore è l'alterazione dell'unghia nel colore e nella forma: se sono gialle, frastagliate o biancastre vuol dire che qualcosa non va. La cura per debellare un fungo può essere anche molto lunga, perché la micosi crea una barriera contro pomate e lozioni. 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 terbinafina o itraconazolo. In ogni caso occorre rivolgersi allo specialista prima di intraprendere qualsiasi tipo di cura farmacologica.

COME RINFORZARLE

Se le unghie sono stressate da agenti esterni e cosmetici, allora è utile una cura rinforzante, cercando di evitare gli smalti, a meno che non siano di tipo curativo per ricompattare lo strato corneo. Anche l'olio di mandorle o una crema nutriente da massaggiare intorno all'unghia (sulle cuticole) servono a stimolare la circolazione sanguigna. La lunghezza deve essere limitata al polpastrello per non esporre le unghie a possibili urti esterni e, per regolarle meglio, è bene scegliere la lima di cartone al posto di quella in metallo, che risulta più aggressiva. Infine, per rimuovere l'indurente meglio utilizzare un solvente povero di acetone (che disidrata le unghie e le rende più fragili). Anche l'assunzione di integratori a base di aminoacidi solforati, biotina, zinco e selenio sono utili, a patto che siano assunti senza interruzione per almeno un paio di mesi.

