

GENTE salute LE NUOVE CURE DOLCI PER L'ACNE ESTIVA

di Camilla Tagliabue

Sono comunemente conosciuti come "brufoli da sole", anche se dal sole dipendono solo parzialmente, poiché sono causati soprattutto dal calore, pure in assenza di esposizione diretta ai raggi. E sono assai diffusi nella popolazione adulta. La buona notizia è che c'è un rimedio naturale, non farmacologico, per questo tipo di acne: «Si tratta di creme di ultima generazione a base di microspugne d'argento, da utilizzare localmente», spiega il professor Antonino Di Pietro, dermatologo plastico e direttore dell'Istituto Dermatologico Vita Cutis di Milano.

Le microspugne, dette anche microsilver, potenziano l'effetto disinfettante e antibatterico dell'argento, impedendo ai batteri responsabili dell'acne di proliferare. Col caldo i germi "sguazzano" anche sulla nostra pelle: ecco perché bisogna evitare il surriscaldamento cutaneo. Ma andiamo con ordine e analizziamo il caso più comune, ovvero quello dei brufoli post-tintarella. «Quando siamo sotto il sole, la nostra epidermide è raggiunta da raggi ultravioletti (Uv) e da raggi infrarossi (Ir). I primi possono essere perfino utili nella lotta all'acne classica - ovviamente se vengono schermati con un opportuno filtro solare - poiché hanno un effetto disinfettante, conseguenza dell'azione di asciugatura della pelle grassa e dell'uccisione dei batteri e altri microrganismi dannosi. Gli infrarossi, invece, surriscaldano l'epidermide, dilatano i vasi capillari, stimolano le ghiandole sebacee e favoriscono la proliferazione dei germi che infettano la cute. Causando appunto piccoli brufoli pruriginosi».

Tecnicamente questo disturbo è detto "sudamina" o "miliaria", nomi più specifici del generico "brufoli da sole": è stato diagnosticato in tempi recenti, negli anni Settanta, sull'Isola di Maiorca, una delle

FRAGOLE, MIRTILLI E LAMPONI, MA ANCHE LE ALBICOCCHIE, PREVENGONO LA COSIDDETTA SUDAMINA. E IN CASI ESTREMI, LARGO ALLE CREME A BASE DI ARGENTO



SOLUZIONI NATURALI
Una ragazza si protegge con una crema anti acne di ultima generazione. Ai lati, frutti di bosco e albicocche: prevengono i brufoli estivi.

FRUTTI DI BOSCO, I VERI ANTI BRUFOLI

Baleari in Spagna, ragion per cui può anche essere chiamato "acne di Maiorca" o "acne estiva"; si manifesta su tronco e viso e colpisce soprattutto i giovani in età compresa fra i venti e i quarant'anni con pelle mista o grassa.

«Non dobbiamo demonizzare il sole: se preso con moderazione, fa indubbiamente bene», chiarisce Di Pietro. «Però il calore è la prima causa di infiammazioni e infezioni cutanee: la "sudamina", infatti, colpisce anche i bambini piccoli, specie in quelle zone come l'inguine o le giunture di gambe e braccia in cui la pelle respira poco o male e il sudore ristagna. La prima regola per prevenire questo tipo di acne è far respirare l'epidermide: Come? Bisogna rinfrescarla spesso sotto l'acqua corrente, vestirsi con abiti comodi, leggeri e traspiranti e non abusare di creme e unguenti».

Ma è possibile rinunciare alla crema se si sta sotto il sole? «No, certo, però bisogna scegliere prodotti delicati e poco

pastosi, come le emulsioni o il latte, che proteggono dai raggi Uv senza ostruire i pori. Viceversa, sono da evitare le creme troppo ricche e corpose: oltre a lasciare su viso e corpo un'antiestetica patina biancastra, impediscono la normale traspirazione della pelle, favorendo ristagno di liquidi e quindi di batteri. Altra cosa molto importante è mantenere in buone condizioni il microcircolo sanguigno, aiutandosi con i frutti di bosco come fragole, lamponi, mirtilli, e con tutta la frutta arancione che contiene betacarotene. A cominciare dalle albicocche».

