

CORRIERE DELLA SERA



IO

D O N N A

PENÉLOPE CRUZ

Macché sexy. Sull'Express vi farò... paura!

RISCALDAMENTO GLOBALE

Dall'Artico alle Alpi: in missione con gli scienziati che salvano il "permafrost"

LAURA BOLDRINI

Per un giorno aprirò la Camera dei deputati soltanto alle donne

Moda

SHEARLING



RCS MEDIA GROUP SPA N. 47 SETTIMANALE DISTRIBUITO IN ABBONAMENTO
CON IL CORRIERE DELLA SERA DEL 16 NOVEMBRE 2017 - POSTE ITALIANE SPA
SPED. IN A.P. - D.L. 353 / 00 CONV. L. 44 / 04. ART. 1 C. 1.
DIR. MILANO: CORRIERE DELLA SERA 1,50 € - IO DONNA 0,500 € 2.
NEI GIORNI SUCCESSIVI € 1,50 - IL PREZZO DEL QUOTIDIANO



Antonino Di Pietro
Dermatologo plastico

*Pelle sana,
bellezza naturale*
Ovvero come volersi bene

QUELLA "NEVE" MOLTO SGRADITA

Ne esistono di due tipi, la secca e la grassa, e può scaturire da cause diverse. Stiamo parlando di un diffuso inestetismo: la forfora. Quando è secca di solito deriva da un'intolleranza verso i prodotti per la cura dei capelli, da alterazioni della cheratina, da carenza di ceramidi, dallo stress. Quando è grassa dipende spesso dalla dermatite seborroica, una malattia infiammatoria legata ad alterazioni del sebo. A prescindere dalla causa, il risultato è sempre una desquamazione del cuoio capelluto, con la comparsa di scagliette. La forfora non è pericolosa ma provoca un disagio estetico. Ci sono però dei rimedi per combatterla con successo.

Intanto bisogna cercare di capire se si è intolleranti a un prodotto per i capelli, ed evitarlo. Un occhio, poi, alla dieta: scegliere cibi con acidi grassi polinsaturi come pesce, noci e nocciole aiuta a contrastare la carenza di ceramidi, mentre gli alimenti ricchi di silicio e selenio, ad esempio il bamboo, favoriscono la produzione di cheratina (utili anche integratori a base di questa sostanza).

Attenzione, infine, ai lavaggi: al posto dei prodotti aggressivi usare quelli rispettosi del pH naturale della pelle. La novità sono gli shampoo e le lozioni a base di Alukina, un mix di sostanze naturali con azione antinfiammatoria, antisettica, lenitiva e stimolante per il ricambio cellulare.



PARLIAMO DI PELLE SANA E BELLEZZA
NATURALE NEL MIO BLOG IODONNA.IT/
ANTONINO-DI-PIETRO-DERMATOLOGO