



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

Che cos'è la dermatite da contatto • All'aperto usate sempre gli occhiali da sole • Cellulite: come fare

In primavera soffro di allergie. Mi hanno detto che potrebbe essere dermatite da contatto. Di che cosa si tratta?

Cristina

Si rivolga a un bravo dermatologo per essere certa della diagnosi. La dermatite da contatto è una infiammazione della pelle che si manifesta in chi, a contatto con determinate sostanze (allergeni), sviluppa sintomi come prurito, arrossamento, bruciore, lesioni squamose o vescicole, in alcuni casi anche con perdita di siero e formazione di croste. Per la diagnosi si usa la tecnica "Patch Test": si pongono piccole quantità delle sostanze da testare ("apteni") in cellette unite a un cerotto ("patch"), applicato sulla pelle e mantenuto dalle 48 alle 72 ore, dopo le quali lo specialista lo rimuove e verifica il risultato. Non si gratti per evitare un peggioramento del disturbo; sarà il dermatologo a prescrivere pomate al cortisone o antistaminici per bocca.

All'aperto uso sempre gli occhiali da sole, indipendentemente dalla stagione. Faccio bene?

Nico

Fa benissimo: gli occhiali da sole non sono solo un accessorio sempre più di moda, ma oltre a nascondere uno sguardo stanco, servono soprattutto a prevenire borse e rughetto. Costituiscono una buona

abitudine per difendersi dagli effetti nocivi dei raggi ultravioletti: infatti l'epidermide del contorno occhi, più sottile rispetto al resto del viso, è povera di ghiandole sebacee e priva di naturali protezioni. Di conseguenza appare più arida, facile a segnarsi di piccole rughe e gonfiori, accentuati dalla mimica facciale. Le consiglio anche di detergere e idratare regolarmente la zona con prodotti delicati e specifici.

Nei pochi mesi che precedono le vacanze vorrei combattere una iniziale cellulite. Che cosa mi consiglia?

Mary

Approvo molto la sua intenzione di intervenire subito. Per spiegare la cellulite, ricorro spesso alla metafora di una spugna inzuppata, immaginando il grasso del corpo come una spugna che si riempie d'acqua. Ecco perché per prima cosa bisogna combattere la ritenzione idrica. Infatti, se l'organismo trattiene acqua più del dovuto e per lungo tempo, dopo qualche anno i tessuti si infiammano, provocando la cellulite. Intanto, riduca quanto più possibile l'apporto di sale e beva tanto perché l'assunzione di acqua scioglie i sali che il corpo tende a trattenere, con il risultato di drenare i liquidi in eccesso. Segua un'alimentazione corretta e si dedichi a un'attività fisica costante.

I segreti di una PELLE da star
Il dermatologo delle "stelle" svela i segreti per avere una pelle fresca come quella delle celebrità
Che cos'è la dermatite da contatto • All'aperto usate sempre gli occhiali da sole • Cellulite: come fare

Consigli (E&S)
Dal prossimo giugno la patente di guida sarà saltanto sul nostro cellulare

112296

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.