Settimanale
12-09-2025
Pagina 74
Foglio 1

DIPIÙ

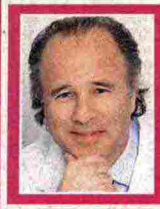
Readership: 1.401.000
Tiratura: 400.000
Diffusione: 250.394

Area cm2: 266/577

www.ecostampa.it

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

Lampade abbronzanti: non più di 15 minuti • Unghie incarnite: come curarle • Gli integratori per la pelle

Vorrei prolungare l'abbronzatura estiva: l'uso delle lampade abbronzanti comporta rischi per la salute?

Mimmo

Raccomando sempre la massima prudenza nell'utilizzo delle lampade abbronzanti: non più di una seduta a settimana, e solo se si ha una carnagione adatta a questo tipo di esposizione. Le radiazioni solari naturali includono raggi UVA, UVB e UVC, mentre le lampade emettono quasi esclusivamente raggi UVA, che penetrano in profondità nella pelle. Per questo motivo, l'esposizione deve essere limitata: non più di quindici minuti per il viso e venti minuti per il lettino. È importante evitare l'uso di creme o cosmetici prima della seduta, poiché potrebbero provocare reazioni allergiche. Fondamentale anche l'uso degli occhialini protettivi, per salvaguardare la vista. Infine, è bene astenersi dall'abbronzatura artificiale durante l'assunzione di farmaci fotosensibilizzanti, come antibiotici o antistaminici, che possono aumentare il rischio di reazioni cutanee.

Mio figlio, che ha diciannove anni, soffre di un'unghia incarnita a un dito del piede. Che cosa può succedere se non la cura?

Imma

L'unghia incarnita, sebbene spesso considerata un disturbo banale, può avere conseguenze se non trattata correttamente, arrivando a compromettere anche la salute generale dell'organismo. L'infiammazione può infatti estendersi, causando un'infezione dolorosa che può coinvolgere l'intera gamba, rendendo difficile camminare normalmente. Se il problema persiste o si aggrava, è necessario rivolgersi a un medico o a un podologo che può intervenire con trattamenti specifici, come la rimozione parziale o totale dell'unghia, la prescrizione di antibiotici in caso di infezione, o altre procedure per prevenire recidive.

Quali sono i migliori integratori per la salute della pelle?

Wanda

Per orientarsi nella scelta degli integratori, ecco una guida pratica: gli integratori con vitamina B sono indicati per rinforzare la pelle e prevenire rossori e irritazioni tipiche del cambio stagione; quelli con vitamina D3 sono consigliati soprattutto agli sportivi, poiché supportano la salute cutanea in condizioni di attività fisica intensa; la vitamina C aiuta a migliorare il microcircolo, risultando efficace anche contro la couperose; infine, gli integratori con vitamina E sono preziosi per chi ha la pelle particolarmente secca, poiché idratano in profondità e proteggono dai danni dei radicali liberi. In ogni caso, è consigliabile chiedere il parere del dermatologo.



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

112296-ITONJ7

L'ECO DELLA STAMPA®
LEADER IN MEDIA INTELLIGENCE

Si parla di noi