

[ SALUTE E BENESSERE ]

DERMATOLOGIA

# ATTENTE AL PRATO

Che le ortiche pungano lo sanno tutti, però che l'erba provochi dermatiti è decisamente meno noto. E non è l'unica sgradita sorpresa che ci riserva il mondo verde

Sdraiarsi su un prato offre una sensazione di benessere impagabile. Ma non a tutti. Perché per alcuni soggetti maggiormente sensibili questa libertà ha un prezzo, che si paga sotto forma di pomfi, bolle, arrossamenti e prurito. Pochi lo sanno, ma nel regno vegetale in generale e in particolare nell'erba dei prati, sono contenute delle sostanze, le fotocumarine, nemiche della nostra pelle. Spiega il dermatologo Antonino Di Pietro, direttore scientifico dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis: «Le fotocumarine a contatto con la superficie cutanea, per effetto dei raggi solari diventano tossiche scatenando reazioni al-

lergiche che danno luogo a eritemi con arrossamenti e prurito e, nei casi più importanti, anche a bolle e vescicole. Questo può capitare a tutti, in maniera più o meno importante a seconda della sensibilità della pelle. Dipende anche dalla quantità di fotocumarine contenute nell'erba, variabile a seconda della composizione del terreno. Il fenomeno si accentua quando ci sdraiamo e ci rotoliamo su un prato, perché la pressione del corpo favorisce la rottura dei fili d'erba e accentua l'assorbimento delle tossine da parte della pelle. Lì per lì non ci faremo caso, ma già a distanza di qualche ora arriveranno fastidi e arrossamenti».



## CREME & CO.

Questo disturbo, tipicamente estivo, è noto come dermatite dei prati o anche dei fidanzati (facendo riferimento alla loro ricerca di intimità nel verde). Il consiglio a monte è, ovviamente, quello di non sdraiarsi a pelle nuda nell'erba dei parchi o in quella che attornia le piscine, ma di tutelarsi con asciugamani. Dovesse accadere, però, quali sono i rimedi? Il dermatologo ci darà una crema antinfiammatoria, in genere a base di cortisone e se questa non fosse sufficiente perché le bolle comunque si infettano, aggiungerà anche una pomata antibiotica. La cura in genere è efficace e le lesioni non lasciano traccia sulla pelle, a condizione che non ci si esponga al sole nelle due settimane successive alla scomparsa dei segni. Altrimenti potrebbero evidenziarsi striature rosse che restano sulla pelle anche per due o tre anni.

## PIANTE DA EVITARE

I fili d'erba non sono gli unici nemici della nostra pelle. Ci sono, infatti, anche altre piante che possono crearci problemi, come le foglie dei gerani, che contengono un quantitativo

concentrato di fotocumarine e che ogni estate mietono vittime, perché spesso, dopo averle maneggiate ci si tocca il viso e ci si sfrega gli occhi. Ma non basta. Come è noto, anche le ortiche, a causa delle sostanze tossiche contenute nella peluria delle foglie, risultano aggressive, provocando bruciore e prurito al contatto. In questo caso, però, si tratta di un fastidio che passa presto da solo. Ci sono poi le piante grasse, come l'agave o il fico d'India, che possono irritare la pelle quando inavvertitamente si sfiorano i loro aculei. Questo contatto, nella cute più sensibile, può causare dermatiti, da curare nello stesso modo di quelle dei prati. Dermatite assicurata anche con l'edera che contiene una sostanza, l'ederina, che se ingerita o toccata si rivela tossica. Così come tossico è l'oleandro con la sua oleandrina. In questo caso la tossicità non è legata al contatto ma all'ingestione, basta, però, toccare le foglie e poi portarsi le mani alla bocca per mettersi nei guai. Per questo è sempre bene evitare che bambini e animali domestici possano avvicinarsi a questa pianta.

Paola Tiscornia

## Il sole può peggiorare la situazione

Il sole è un grande alleato della nostra salute, eppure bisogna stare molto attenti, perché con i suoi raggi può attivare anche diverse sostanze tossiche contenute in vegetali che altrimenti non ci farebbero alcun male. Spiega Antonino Di Pietro: «Alla luce del giorno il limonene contenuto nel limone o nel lime, così come in salse a base di questi agrumi come, per esempio, il guacamole, può provocare allergia. Lo stesso accade con il bergamotto, motivo per cui dovremmo sempre evitare di spruzzare sulla pelle prodotti a base di tale frutto. Ma anche i rimedi alla citronella, utilizzati contro gli insetti, sono fotosensibilizzanti e, se usati di giorno, possono dare luogo a dermatiti, con eritemi o addirittura a ustioni vere e proprie».