

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

Come proteggere dal sole i bambini • Capelli: quali integratori • Macchie scure: che fare

Per la prima volta porto al mare il mio bambino. Come proteggerlo al meglio dal sole?

Romina

Una regola fondamentale: sotto l'ombrellone la crema solare per neonati o bambini va sempre applicata. Gli stabilimenti balneari hanno ombrelloni di tessuto naturale o sintetico che offrono protezione alla pelle, ma una parte di raggi Uva e Uvb riesce comunque a filtrare. Quindi, anche se nella carrozzina e sotto l'ombrellone, bisogna applicare una protezione solare alta sulle zone scoperte della pelle. Assolutamente sconsigliata l'esposizione diretta nei primi otto mesi di vita del neonato. Poi, si può cominciare con piccoli momenti durante la giornata dove il bambino può giocare sotto il sole, sempre correttamente protetto.

Sono in vacanza al mare e mi sono ritrovata con i capelli sfibrati e opachi. Potrebbe essere utile assumere un integratore specifico?

Mary

Prima di assumere integratori è sempre opportuno effettuare una visita accurata evitando di fare da soli. Precisato questo, se effettivamente necessaria, l'assunzione di integratori specifici risulta tra le strategie più valide per ridare vitalità alla chioma danneggiata dalla combinazione di mare, piscina, sole e salsedine. In commercio ne esistono di svariate tipologie, ma suggerisco i prodotti che combinano in maniera si-

nergica sostanze quali estratti di bamboo, zinco, selenio e biotina. L'insieme di questi principi attivi contribuisce attivamente al mantenimento del benessere della chioma, facendola apparire sana, forte e lucente.

Perché si formano le antiestetiche macchie scure, più evidenti soprattutto in estate? Ci sono modi per combatterle?

Maria Rita

Le "lentigo senilis" sono macchie scure sulla pelle, che interessano lo strato più superficiale dell'epidermide, concentrate sulle zone di viso e corpo più esposte al sole (viso, collo, décolleté e braccia, mani). Le cellule hanno un ciclo di vita di circa quattro settimane, durante il quale si spostano dallo strato più profondo (derma) fino alla superficie. Terminato questo periodo, le cellule vecchie cadono per lasciar posto a uno strato cutaneo più giovane. Con il passare degli anni, però, tale processo rallenta e il numero di cellule morte in superficie aumenta, formando cheratosi e macchie senili. Consiglio di applicare la crema solare possibilmente tutto l'anno. Nella routine antiaging quotidiana: non farsi mancare creme e sieri con fospidina, fosfolipidi o glucosamina, attivi antiossidanti come la vitamina E, e idratanti come l'acido ialuronico in microsfele. Per prevenirle c'è il picotage all'acido ialuronico, il laser, il peeling: tutti trattamenti che devono essere decisi ed eseguiti solo da un bravo dermatologo.

I segreti di una PELLE da star

Il dermatologo delle "stelle" svela i segreti per avere una pelle fresca come quella delle celebrità

Come proteggere dal sole i bambini • Capelli: quali integratori • Macchie scure: che fare

Consigli LEGALI

Assegno di mantenimento: come si può ottenere il pagamento degli arretrati