

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

Fate lo scrub sui talloni • Il sale favorisce la cellulite • Capillari rotti sulle gambe: c'è il laser

Fare degli scrub sulla pelle dei piedi è utile per i talloni screpolati o peggiora la situazione?

Paola

La pelle dei piedi è più spessa rispetto a quella di altre zone del corpo, quindi suggerisco di aiutarla nel processo di esfoliazione per eliminare le sue cellule morte che, oltre a favorire i talloni screpolati, possono fare comparire dei calli. Una volta alla settimana consiglio quindi di eseguire uno scrub sulla pelle dei piedi. In farmacia si trovano prodotti specifici. In alternativa, suggerisco di ricorrere ai classici sali del mar Morto. Per ottenere la massima efficacia dallo scrub, raccomandando di massaggiare il prodotto prescelto con una spugnetta oppure con le dita, in maniera delicata. Questa semplice accortezza sarà di grande aiuto per evitare che la pelle dei talloni si screpoli.

Le scrivo perché vorrei sapere il motivo per cui il sale favorisce la comparsa della cellulite.

Sara

Il sale, per un processo chiamato osmosi, richiama acqua nei tessuti. Significa che, se consumato in eccesso, può favorire la ritenzione idrica, che è una delle problematiche principali della cellulite. Per questo motivo, consiglio di limitare le sue quantità nei cibi che portiamo a tavola ogni giorno. Accanto al sale, altre sostanze che

possono contribuire al ristagno dei liquidi, rendendo così il tipico effetto a buccia d'arancia più evidente, sono i grassi saturi e gli zuccheri che sono in genere presenti in grossi quantitativi negli alimenti confezionati e a lunga scadenza. Consiglio di ridurre il più possibile anche il consumo di questi cibi, optando per alimenti freschi. Ciò permetterà di contrastare la comparsa della cellulite, oltre a rappresentare un beneficio per la salute dell'intero organismo.

Vorrei sapere come si possono eliminare i capillari rotti sulle gambe.

Tania

Per eliminare i capillari rotti che compaiono sulle gambe è possibile avvalersi di diversi trattamenti, tutti efficaci, come il laser vascolare, la radiofrequenza focalizzata o le sclerosanti. Secondo la condizione specifica del paziente, spetta al dermatologo individuare la metodologia più adatta e capace di fornire dei risultati che si prolungano nel tempo. Tuttavia, per evitare spiacevoli sorprese, prima di sottoporsi ai trattamenti, il paziente deve essere ben consapevole di un aspetto importante: non sempre un vaso capillare può essere eliminato del tutto e per lunghi periodi ma può anche tornare visibile. In diversi casi, perciò, per ottenere i risultati sperati è necessario sottoporsi a più sedute anche a distanza di tempo.

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

Fate lo scrub sui talloni • Il sale favorisce la cellulite • Capillari rotti sulle gambe: c'è il laser

Consigli LEGALI

Per avere la pensione di reversibilità del coniuge non occorre essere in comunione dei beni