

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 detergere la fronte unta • Pediluvi per lenire il prurito ai piedi • Gli integratori per la pelle d'inverno

La pelle della mia fronte tende a essere unta e lucida. Che cosa posso fare per detergerla correttamente?

Zoe

Quando la pelle della fronte appare lucida e unta si deve a una iperattività delle ghiandole sebacee che provoca un accumulo di sebo sullo strato più superficiale. Questo fenomeno può anche favorire una condizione infiammatoria che dà origine a comedoni, brufoli e pori occlusi. Per detergere questo tipo di pelle consiglio un detergente per viso povero di tensioattivi. L'azione schiumogena tipica di questi composti può infatti aggredire la pelle, accrescendo ulteriormente la produzione di sebo e aumentando di conseguenza l'untuosità. Ottimi risultati per una pelle lucida e unta si hanno invece con detergenti a base di sostanze come l'alusil, un complesso naturale che unisce l'azione delle microspugne di argento a quella dell'alukina. Le microspugne di argento assicurano un effetto antimicrobico e lenitivo. L'alukina svolge invece una azione astringente e antibatterica, regola la secrezione sebacea e favorisce il ricambio cellulare.

Soffro di prurito sulla pianta dei piedi. Mi può dare qualche suggerimento per alleviarlo?

Cristiano

Le consiglio una visita dal suo dermatologo di fiducia per scoprire la causa scatenante. In gran parte dei casi, il fastidio è associato alla presenza di una dermatite

da contatto ma potrebbe anche essere sintomo di svariate malattie dermatologiche. Per alleviare il prurito suggerisco di lavare i piedi tutti i giorni con un detergente delicato e asciugarli poi con cura, tamponando con un asciugamano. Inoltre consiglio pediluvi a base di bicarbonato, un'ottima soluzione naturale per idratare e disinfettare la pelle. In alternativa all'uso del bicarbonato, consiglio oli emollienti con rosmarino e lavanda, dall'azione lenitiva, antisettica e rinfrescante.

È vero che gli integratori possono essere utili per aiutare la pelle ad affrontare l'inverno?

Viola

Sì, è vero. Per permettere alla pelle di affrontare l'inverno nel migliore di modi, può essere utile fornirle un'attenzione in più che passa dall'interno del nostro organismo. Su consiglio del proprio dermatologo di fiducia, si può perciò eventualmente assumere un integratore specifico. Tra i prodotti più efficaci, vi sono per esempio quelli contenenti fosfolipidi, glucosamina e biotina. I fosfolipidi sono elementi essenziali che costituiscono le membrane cellulari. La glucosamina è un precursore dell'acido ialuronico. La sua assunzione aiuta quindi la produzione di collagene, idrata la pelle in profondità e permette di prevenire inestetismi e rughe. La biotina è invece una vitamina del gruppo B che contribuisce al mantenimento del benessere, non solo delle pelle ma anche dei capelli.

Small version of the article content, including the title 'I segreti di una PELLE da star' and the author 'di Antonino Di Pietro'. It also features a small image of the author and a sidebar with a legal notice.