Settimanale
03-10-2025
Pagina 74
Foglio 1

DIPIÙ

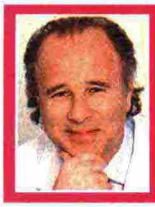
Readership: 1.401.000
Tiratura: 400.000
Diffusione: 250.394

Area cm2: 268/577

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

Assumete vitamina B per la pelle • Trattate l'angioma stellato • Controllate i nei in autunno

Sulla base di quali criteri vanno scelti gli integratori per migliorare la salute della pelle?

Wanda

Gli integratori vanno scelti in base alle esigenze specifiche della pelle e del proprio quadro dermatologico. Tra i più efficaci ci sono quelli che contengono vitamine del gruppo B, in particolare la biotina, una vitamina essenziale che il corpo non produce autonomamente e che deve quindi essere introdotta tramite integratori alimentari o iniezioni mirate. Per orientarsi nella scelta, si possono considerare diverse opzioni: gli integratori con vitamina B offrono un'azione fortificante e aiutano a prevenire rossori e irritazioni tipiche dell'autunno; quelli con vitamina D3 risultano particolarmente utili per chi pratica sport; la vitamina C favorisce il microcircolo ed è indicata anche per contrastare la couperose; mentre la vitamina E è consigliata per le pelli particolarmente secche, con un effetto idratante e protettivo contro i radicali liberi. In ogni caso, prima di assumere qualsiasi integratore, è sempre consigliabile consultare il proprio dermatologo.

Mi è comparso un angioma stellare sul viso ed è davvero poco estetico. Che cosa posso fare?

Gianfranca

L'angioma stellare è causato dalla dilatazione di piccoli vasi sanguigni che si irradiano come i raggi di una stella, formando macchie rosso rubino sul viso, collo o décolléte. Nei bambini è spesso innocuo, negli adulti può dipendere da ormoni, sole o problemi ai piccoli vasi o al fegato. È importante consultare un dermatologo, che potrà stabilire se è sufficiente il monitoraggio o se intervenire con trattamenti mirati, come il laser, per ridurre l'impatto estetico.

Ogni anno, in questo periodo, faccio il controllo dei nei. Come posso convincere anche mio marito?

Simona

Gli ricordi che sottoporsi a controlli dermatologici periodici dei nei è fondamentale per escludere potenziali rischi gravi per la salute. Una metodica particolarmente utile è la mappatura dei nei, una sorta di "mappa salvavita" che aiuta a monitorare eventuali neoformazioni pigmentate. I dati scientifici confermano che questi controlli regolari favoriscono l'individuazione precoce del melanoma, il tumore della pelle, e riducono quindi il rischio di interventi chirurgici non necessari su lesioni in realtà benigne. Incoraggiarlo a eseguire questo semplice gesto preventivo può fare una reale differenza per la salute della pelle.



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

112296-ITONJ7

L'ECO DELLA STAMPA
LEADER IN MEDIA INTELLIGENCE

Si parla di noi