

I segreti di una PELLE da star



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

Vene varicose: è utile la fleboterapia • Grani di miglio: non schiacciateli • Ossidazione: più frutta e verdura

di Antonino Di Pietro

La fleboterapia può aiutare a ridurre le vene varicose?

Donata

Senza dubbio. La fleboterapia, nota anche come TRAP, che sta per Terapia Rigenerativa Ambulatoriale Progressiva, è una tecnica innovativa e poco invasiva per trattare i problemi venosi delle gambe. Grazie all'iniezione di una soluzione specifica, questa terapia migliora sia l'aspetto estetico sia il benessere delle gambe, rigenerando i vasi venosi danneggiati. La procedura prevede l'iniezione di sodio salicilato in tutti i vasi visibili; fin dal primo trattamento si può avvertire una sensazione immediata di leggerezza e sollievo, con la riduzione visibile di vene blu e capillari dilatati in tutta l'area trattata.

Che cosa sono le palline bianche che mi si sono formate sulle palpebre?

Rita

Si tratta di "grani di miglio", piccole cisti causate dall'accumulo di cheratina e sebo nei pori, che si cicatrizza formando queste palline. Nella maggior parte dei casi compaiono a causa di abitudini scorrette nella cura della pelle. Non vanno mai schiacciati o toccati. Non esiste una crema specifica per eliminarli, ma è importante seguire alcune regole per prevenire la loro formazione: usa-

re creme per il viso con densità e ingredienti adatti alle proprie esigenze dermatologiche, preferire formulazioni delicate e rigeneranti come quelle con fospidina, adatte anche alla pelle sensibile. Per la deterzione, sono utili acque micellari arricchite con prebiotici come inulina e gluco-oligosaccaridi, oppure un latte detergente con fospidina, vitamina C e acido ialuronico. Si possono rimuovere dal dermatologo con trattamenti professionali.

Che cos'è l'ossidazione e perché è importante contrastarla per prevenire l'invecchiamento della pelle?

Rossana

Per capire il fenomeno, bisogna partire dai radicali liberi: sono molecole che, perdendo un elettrone, diventano instabili e con carica elettrica negativa. La loro pericolosità deriva dal fatto che queste molecole attraversano l'organismo alla ricerca di altri atomi o molecole con cui reagire per recuperare l'elettrone perduto, "rubandolo" ad altri. Questa reazione può destabilizzare componenti cellulari, compresi quelli della pelle, favorendo l'invecchiamento: è la cosiddetta ossidazione. Per contrastare i radicali liberi, non dobbiamo farci mancare le vitamine C, E e A, i minerali come zinco, magnesio e selenio, e i polifenoli, di cui sono ricchi frutta e verdura.