

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

Grani di miglio: non preoccupatevi • Prevenire i geloni con i kiwi • Le ragadi non sono infettive

Sono pericolosi i grani di miglio quando compaiono sulla pelle dei neonati?

Anna

Questi piccoli puntini bianchi che si formano intorno agli occhi, al naso e alle guance e sono causati da un accumulo di cheratina e sebo, sono del tutto innocui a qualsiasi età. Nei bambini appena nati rappresentano un disturbo transitorio, che non deve preoccupare e che scompare da solo, senza particolari trattamenti. L'unico accorgimento da seguire è quello di mantenere pulita e bene idratata la pelle del piccolo, utilizzando prodotti specifici per i neonati, quindi non aggressivi e capaci di rispettare il pH cutaneo. Consiglio di non schiacciare o di strofinare i grani di miglio, per evitare che la pelle dei bambini si irriti provocando loro fastidio.

Vorrei sapere se esistono alimenti utili al fine di prevenire i geloni.

Tea

Sì, diversi cibi, se consumati con regolarità, possono aiutare a prevenire queste fastidiose lesioni tipiche della stagione fredda. Utili sono per esempio gli alimenti ricchi di vitamine, come la vitamina C. Questo prezioso nutriente, presente in grande quantità negli agrumi, nei kiwi, nei cavoli e nei broccoli, serve per mantenere elastiche le pareti dei vasi sanguigni,

favorendo così la circolazione. L'ananas si rivela invece una importante fonte di un antinfiammatorio naturale chiamato bromelina. Particolarmente indicati per la prevenzione dei geloni sono inoltre i frutti di bosco che, grazie alla presenza di flavonoidi, migliorano la circolazione dei piccoli vasi sanguigni. La prevenzione dei geloni trova un valido alleato anche nel consumo di pesce. Si tratta infatti di un cibo ricco di grassi Omega 3, utili anch'essi per favorire la circolazione sanguigna.

Le scrivo per domandarle se è vero che le ragadi possono essere infettive.

Federico

Le ragadi sono piccoli e fastidiosi tagli che si formano sulla pelle delle mani e dei piedi, provocando fastidio e dolore. Di per sé non sono contagiose, ma possono facilmente infettarsi se non sono adeguatamente curate. Nei casi in cui le ragadi sono attaccate da funghi e da batteri si osserva l'insorgenza di infiammazioni e di conseguenti infezioni. In simili contesti, può allora divenire necessario intervenire con specifiche pomate antibiotiche. Nei casi più severi si può anche essere costretti a ricorrere a una terapia di antibiotici per bocca. Per evitare queste complicità, quando compaiono delle ragadi è opportuno sentire il parere del proprio dermatologo di fiducia.

