

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

Pediluvio: aggiungete la salvia • I disturbi psicosomatici della pelle • Fuoco di Sant'Antonio: come pulirsi

Perché la salvia è spesso consigliata come ingrediente per fare pediluvi?

Palma

Perché permette di effettuare pediluvi rinfrescanti e molto rilassanti. L'uso della salvia è utile in presenza di piedi che tendono a sudare in maniera abbondante, perché aiuta a contrastare la comparsa di funghi e di batteri. Ciò si deve alle sue proprietà antisettiche. Mettendo cinque o sei foglie della pianta aromatica nell'acqua di un pediluvio, la pelle dei piedi è disinfettata, rinfrescata e profumata. Inoltre, le proprietà deodoranti della salvia si possono associare in maniera sinergica a un pediluvio con bicarbonato. È una accortezza molto efficace per ammorbidire i calli e per assicurare una azione preventiva contro le verruche.

Vorrei sapere se è vero che ci sono disturbi della pelle di natura psicosomatica.

Giada

Sì, è vero. Ce ne sono diversi. Dermatiti, pruriti, eritemi e altri disturbi dermatologici sono molto spesso il modo in cui la pelle ci parla, inviandoci segnali di profondi disagi interiori. È come se la pelle mettesse a nudo le nostre insicurezze, le nostre emozioni, lo stress. Tra i disturbi più comuni che possono avere origine psicosomatica c'è ad esempio il prurito diffuso. In alcuni casi, chi ne soffre è una persona che ha difficoltà a confrontarsi con gli al-

tri ed è molto ansiosa. Altri problemi che possono avere origine dalla nostra psiche sono l'acne tardiva, che può comparire in periodi particolarmente stressanti, e l'orticaria. Anche la dermatite seborroica è molto influenzata dallo stress, che peggiora la già delicata situazione. Lo stress incide infatti sul sistema immunitario, abbassando le nostre difese. L'organismo diviene così più vulnerabile alla Malassezia, il fungo che concorre a provocare la comparsa della dermatite seborroica.

Che cosa mi consiglia per l'igiene delle aree di pelle colpite dal fuoco di Sant'Antonio?

Sandro

Le consiglio di pulire la pelle con grande attenzione, evitando di usare detergenti aggressivi che potrebbero aggravare il disturbo. Per scegliere il prodotto più adatto, le raccomando di rivolgersi al dermatologo che la cura perché conosce nel dettaglio il suo quadro clinico. In linea di massima, si usano detergenti che, tra i vari principi attivi, contengono anche sostanze antisettiche in modo tale da evitare eventuali rischi di infezione. Le raccomando inoltre di lavare con grande delicatezza le lesioni presenti, facendo attenzione a non sfregare la pelle. Come ultima accortezza, le suggerisco di asciugare con cura senza strofinare la pelle, con l'ausilio di un asciugamano morbido. Con queste semplici misure riuscirà a evitare peggioramenti o complicazioni.