

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

Dermatite seborroica: frutta e verdura fresche • Anche i calli si infiammano • Couperose: c'è la radiofrequenza

L'alimentazione può essere di aiuto per contrastare la dermatite seborroica?

Mirko

Quando si soffre di dermatite seborroica è consigliabile preferire una dieta ricca di frutta e di verdura fresche di stagione. Inoltre, è bene introdurre nella propria alimentazione cibi ricchi di biotina, Omega 3 e vitamine, come legumi, uova e pesce. Occorre al contrario fare attenzione ai cibi troppo grassi, fritti o speziati, che possono rallentare il processo di miglioramento di questa malattia della pelle. Il consumo di cibi elaborati, tra l'altro, è una tentazione in cui si cade piuttosto facilmente nei mesi freddi. In combinazione a una dieta equilibrata, può risultare utile assumere specifici integratori a base di fosfolipidi, glucosamina e biotina, che aiutano a mantenere l'equilibrio della barriera idrolipidica della nostra pelle. Eventuali integratori devono essere però assunti esclusivamente su consiglio del proprio dermatologo di fiducia, evitando di fare da soli.

Vorrei sapere se anche i calli si possono infiammare o si possono infettare.

Mario

Sì, anche i calli sono soggetti a infiammazioni e a infezioni. Questo può accadere quando cerchiamo di toglierli in modo maldestro, andando a toccare la pelle viva presente sotto

la superficie dell'ispessimento. Trascorse alcune ore, l'area inizia ad arrossarsi e diventa calda. Come ulteriore sintomo, compare un dolore pulsante. Quando si verifica una situazione simile, consiglio di recarsi subito da un dermatologo o da un podologo. Talvolta, invece, i calli possono assumere un colorito giallastro. Succede nei casi in cui si rompe un piccolo capillare sanguigno sottopelle. Non si tratta tuttavia di una cosa grave. Si viene a produrre soltanto un peggioramento dell'aspetto visivo del callo, già di per sé antestetico in partenza.

Quali ritiene che siano i migliori trattamenti per risolvere il problema della couperose?

Emma

Uno dei trattamenti più efficaci e innovativi per agire con efficacia sulla couperose è una metodica indolore che si chiama Wave Focus. Questa tecnica sfrutta i principi della radiofrequenza. Il viso viene fatto appoggiare sulla parte dello strumento che veicola onde radio a bassa potenza e ad alta intensità. L'energia che ne fuoriesce, vibrando, fa evaporare l'acqua dai vasi sanguigni che si chiudono. Il problema è così risolto. Un'altra utile tecnica che si utilizza abitualmente per intervenire sulla couperose è il laser. In questo caso, durante la seduta il laser sfrutta una luce particolare che comporta un aumento di temperatura nei capillari, la coagulazione dei vasi e il loro successivo assorbimento.