

II salute

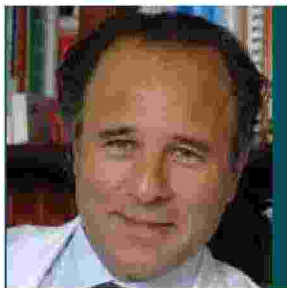
Acne da smartphone: la "Cellakne"

Le superfici dei cellulari sono covi di batteri che, a contatto con il viso, possono determinare sfoghi cutanei e irritazioni. Scopriamo insieme come difenderci con una sana beauty routine

Li telefono cellulare - strumento tecnologico che ormai ci accompagna costantemente nelle nostre giornate - può essere la causa di sfoghi cutanei al viso. L'utilizzo di smartphone e telefonini, infatti, a contatto con la pelle può provocare una forma di acne denominata "cellakne". Ma cosa fare in termini di prevenzione e di cura? Se potessimo analizzare la superficie dello schermo del nostro smartphone scopriremmo intere colonie di batteri, che trasferiamo sulla cute, alla prima telefonata. Il gesto di appoggiare il cellulare al viso, infatti, genera una pressione che stimola l'attività delle ghiandole sebacee. Con l'aumento del sebo, aumentano anche i batteri che proliferano a causa dell'ambiente caldo umido che si crea sulla cute. Il risultato è la comparsa di piccoli brufoli sulle zone di guance e mento che, solitamente, sono facilmente riscontrabili come acne da cellulare perché compaiono solo su un lato del viso. Il consiglio, per evitare l'insorgenza di questi sfoghi cutanei, è di non tenere il telefonino a contatto diretto con la pelle. Si può così tenerlo leggermente a distanza dal viso, magari appoggiandolo all'estremità dell'orecchio, oppure utilizzare gli auricolari. Importante ricordare, inoltre, così come più volte sottolineato per il contagio da influenza o da covid-19, che il telefono cellulare va frequentemente igienizzato. Questo perché sulla superficie sono presenti numerosi batteri. Attenzione anche a quello che si tocca. Passiamo tutto il giorno a chattare con lo smartphone e poco dopo portiamo le mani in viso. In queste piccole, che possono sembrare banali abitudini, forniamo il

primo contagio da batteri a cute e lo sviluppo di irritazioni come l'acne da cellulare. Per sanificare il cellulare, possono essere utilizzate delle salviettine o gel, un'operazione che va ripetuta prima di portarlo a diretto contatto con la pelle. Per quanto riguarda la cura della cellakne sono diverse le soluzioni disponibili. Quando compaiono i primi brufoli localizzati, ad esempio, è possibile affidarsi all'azione di una maschera viso purificante all'argilla verde arricchita con Alusil, un composto attivo antibatterico. Queste particolari formulazioni possono essere applicate anche localmente e aiutano grazie all'azione purificante e detossinante a ridurre imperfezioni e rossori. Un aspetto fondamentale è poi la detersione del viso, che deve essere effettuata prediligendo detergenti non schiumogeni per evitare l'effetto sebo rebound. Come consiglia lo specialista è indicato scegliere texture dall'azione seboriequilibrante con Alukina e microspugne di argento. Per chi invece già convive con una pelle a tendenza acneica, per evitare di peggiorare la situazione, è importante rivolgersi al dermatologo che consiglierà una routine specifica. Utili sono le creme normalizzanti e lenitive con Alusil disponibili in farmacia. Anche gli integratori possono essere utili per contrastare l'acne da cellulare in quanto aiutano a il benessere generale dell'organismo e della pelle. Tra gli attivi da selezionare: biotina e zinco, due oligoelementi che consentono di mantenere il benessere della cute. Myo-inositolo, glutazione, echinacea e pino marittimo sono invece sostanze antiossidanti e contribuiscono a supportare le difese dell'organismo.

60



Antonino Di Pietro

direttore dell'Istituto
Dermoclinico Vita Cutis
www.antoninodipietro.it
www.istitutodermoclinico.com