Tiratura: 294.226 Diffusione: 334.064 Readership: 1.411.000 Area cm2: 270/655

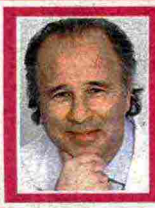
DIPIÙ

Settimanale

Data 28-10-2022
Pagina 80
Foglio 1

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

Cellulite: no al sale • Creme depilatorie: come evitare reazioni • Macchie sulle mani: come eliminarle

Ho notato evidenti miglioramenti nella mia cellulite. Che cosa mi suggerisce per mantenerli?

Perla

Le suggerisco di curare l'alimentazione, evitando i cibi troppo salati. Il sodio favorisce la ritenzione di liquidi e quindi l'inestetismo. Le consiglio anche di limitare il consumo di carboidrati. Pane e pasta non vanno aboliti, è sufficiente dimezzare le dosi abituali. Le raccomando poi di bere molto per sgonfiarsi. Ingerendo almeno due litri di acqua al giorno, questi si sciolgono e vengono eliminati con le urine. Come ulteriore misura, le suggerisco di effettuare regolarmente un'attività sportiva, con allenamenti della durata di almeno quaranta minuti. Se non può iscriversi in palestra, andare in piscina o frequentare dei corsi, come valida alternativa vanno bene anche le camminate a passo sostenuto. Utili sono infine dei massaggi specifici, come il linfodrenaggio.

Vorrei sapere se le creme depilatorie possono provocare fenomeni allergici.

Tania

In genere, i prodotti depilatori in vendita sono studiati per evitare l'insorgenza di problemi alla pelle. Essendo però composti da sostanze chimiche, applicandoli sulle pelli più sensibili o a tendenza allergica possono essere causa scatenante di fastidiose reazioni. Per evitarlo, è consigliabile fare un semplice test prima di procedere con l'uso di una crema depilatoria che si applica per la prima volta. È sufficiente spalmarne un piccolo quantitativo nell'incavo del gomito. Se nelle quarantotto ore successive all'applicazione non si manifestano arrossamenti, irritazioni o prurito, si può procedere con l'utilizzo del prodotto. Seppure si tratti di un test utile, è opportuno sapere che non è infallibile. Le reazioni si possono infatti verificare anche a distanza di tempo. In tal caso, l'unica cosa da fare è cambiare prodotto.

Le scrivo per sapere se si possono eliminare le macchie sulla pelle delle mani.

Gloria

Esistono diversi trattamenti con cui è possibile eliminare le macchie che compaiono sulle mani. Dopo essersi sottoposti a una adeguata visita di controllo, sarà il dermatologo a consigliare il più opportuno. Ormai, tra le metodiche più efficaci per intervenire su questo inestetismo molto diffuso, ci sono il laser e la radiofrequenza combinata con la crioterapia. Il laser è l'opzione più veloce e maggiormente risolutiva. Grazie a questa tecnica, le macchie sono cancellate senza provocare dolore ed effetti collaterali. Nel secondo trattamento, attraverso la crioterapia, la pelle è invece congelata, fino a formare una bolla che farà spazio a una nuova pelle più chiara e rigenerata.

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

112296

Si parla di noi