

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

Che cosa è la terapia biofotonica • Candidosi: si trasmette con l'intimità • Cellulite: fa bene camminare

Una amica mi ha consigliato la terapia biofotonica come trattamento anti-età. Può spiegarmi di che cosa si tratta?

Maura

È un trattamento che associa l'azione della luce di una lampada multiLed a un gel fotoconvertitore. Quando la luce colpisce il gel si genera un'energia luminosa capace di incentivare i naturali processi di riparazione della pelle. L'effetto è una maggiore produzione di collagene e di elastina, oltre che una circolazione capillare migliorata. Il metodo garantisce un'azione rigenerante, riuscendo ad attenuare le rughe più sottili e favorendo la compattezza della pelle. Numerose donne si affidano alla validità di questo trattamento per ridurre i primi segni del tempo. La terapia biofotonica offre risultati molto positivi per alcune malattie della pelle, tra cui la rosacea.

Vorrei che mi spiegasse come si trasmette la candidosi vaginale.

Sofia

Questa infezione, piuttosto comune, dovuta al fungo noto come *Candida albicans*, si trasmette soprattutto attraverso rapporti sessuali con un partner infetto. Tuttavia la *Candida* si può moltiplicare anche come conseguenza di altri fattori scatenanti. La candidosi si può manifestare anche in seguito a cure antibiotiche, a una cattiva igiene intima, a causa dell'uso di detersivi di cattiva qualità o me-

diante l'uso promiscuo di oggetti infetti, come asciugamani, biancheria o saponi. Durante la gravidanza è il tipico aumento degli estrogeni a predisporre le donne alla candidosi. Anche i pazienti immunodepressi possono manifestare la candidosi.

È vero che camminare aiuta a contrastare la cellulite?

Giada

Sì, è vero. Le confermo che camminare è uno dei migliori accorgimenti nella lotta alla cellulite. Per ottenere buoni risultati, le consiglio di svolgere questo esercizio ogni giorno, a ritmo sostenuto per almeno due o tre chilometri. Camminare favorisce l'ossigenazione dei tessuti. Aiuta inoltre a rassodare i muscoli, migliorando l'aspetto della pelle delle gambe. Naturalmente, per vincere la battaglia contro la cellulite occorre agire anche su altri fronti. Perciò le raccomando di ridurre la quantità di sale durante i pasti, di favorire l'idratazione e di fare massaggi sulle aree del corpo interessate dall'infestazione. I massaggi migliorano la circolazione, favorendo il drenaggio dei liquidi. Le suggerisco di concludere la routine applicando, mattina e sera, creme specificamente studiate per combattere la cellulite. Ottimi sono per esempio i prodotti che uniscono l'azione di sostanze quali la fospidina, i fosfolipidi, la glucosamina, l'acido ialuronico, i glicosaminoglicani, la vitamina A, la vitamina E, il burro di karité e gli amminoacidi.