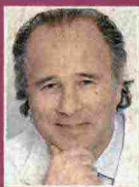


I segreti di una PELLE da star

di Antonino Di Pietro



Il dermatologo delle "stelle" svela i segreti per avere una pelle fresca come quella delle celebrità

Trattate l'acne con i giusti farmaci • Evitate il fumo • Massaggiate la crema sul viso

Ho letto che è in via di sperimentazione un vaccino contro l'acne. Che cosa ne pensa?

Agata

L'acne è un'infezione causata dall'eccessiva attività delle ghiandole sebacee situate alla base dei follicoli piliferi, che producono sebo. Questa condizione crea un ambiente favorevole alla proliferazione di batteri, responsabili dell'infiammazione. Personalmente, nutro forti dubbi sull'efficacia di un eventuale vaccino contro l'acne. Oggi, infatti, esistono terapie in grado di offrire ottimi risultati. Per i casi più gravi si utilizza l'isotretinoina, un derivato della vitamina A che risolve la maggior parte delle forme di acne, ma che è controindicata in gravidanza. Per le forme lievi si può ricorrere a creme e detergenti non farmacologici con alusil, che riducono la produzione di sebo. I sieri a base di fospidina sono utili per accelerare la guarigione e migliorare le cicatrici. Gli integratori a base di zinco, biotina, myo-inositolo e glutazione rappresentano un altro valido supporto.

Ha qualche consiglio utile per alleviare i sintomi della psoriasi?

Angela

La psoriasi è una malattia infiammatoria cronica della pelle, caratterizzata da chiazze rosse e squamose note come placche. Per gestire al meglio questa condizione, oltre

a seguire le terapie prescritte dal dermatologo, le consiglio di adottare alcune buone abitudini quotidiane. Innanzitutto, mantenga un peso corporeo adeguato, poiché il sovrappeso può aggravare i sintomi aumentando i livelli di molecole infiammatorie. Eviti il consumo di alcol e fumo, che possono influire negativamente sulla malattia. Inoltre, cerchi di ridurre lo stress, poiché ansia e tensioni possono peggiorare la psoriasi e indebolire il sistema immunitario. Questi accorgimenti, uniti alle cure mediche, possono contribuire a migliorare significativamente la qualità della vita.

Come posso applicare correttamente una crema viso adatta alla pelle sensibile?

Milly

Una buona crema o un siero diventano ancora più efficaci se applicati con alcuni accorgimenti. Consiglio di eseguire leggere pressioni, partendo dai lati del naso e muovendosi verso i contorni del viso, per stimolare e riattivare il microcircolo. Per le occhiaie, si può applicare il siero rigenerante sotto le palpebre e picchiettare delicatamente con il dito anulare, iniziando dal naso e procedendo verso le tempie. Questo gesto migliora l'afflusso di sangue, stimola la rigenerazione cellulare e favorisce la produzione di collagene ed elastina, due composti fondamentali per la pelle.

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

La donazione può essere revocata per una grave mancanza di riconoscenza

Consigli (E&M)

La donazione può essere revocata per una grave mancanza di riconoscenza