



Publicato il: 17 gennaio 2017

PERCIBALLI GENNARINO - Esperto di Tv e Gossip

Segui

Ecco perché il freddo fa male alla pelle

L'inverno non è certamente una stagione amica della pelle, visto che solitamente provoca fastidiosi inestetismi.



Il freddo nuoce alla pelle: sbalzi di temperatura da evitare

Freddo e gelo non sono amici della **pelle**. Molte donne, in inverno, notano sulla loro pelle fastidiosi **inestetismi**, come couperose, rughe e borse sotto gli occhi. In verità, [non è proprio il freddo](#) il nemico della pelle ma gli sbalzi di temperatura. L'esperto Antonino Di Pietro ha affermato che il vero problema è rappresentato dal continuo passaggio dal freddo al caldo delle case. L'alternanza di caldo e freddo incide negativamente sul microcircolo, ovvero sui tantissimi **capillari** che 'innaffiano' la pelle.

I capillari della pelle sono come i palloncini

Di Pietro ha equiparato i capillari a piccoli **palloncini** che si gonfiano e si sgonfiano al passaggio del sangue. Se sono in buone condizioni, tali vasi non mutano forma dopo il transito del sangue. Con un repentino incremento della temperatura i capillari si dilatano molto e, quindi, passa tanto sangue; il freddo invece decelera la sostituzione delle cellule della pelle, favorendo la formazione di zone di cellule

morte, piene di **melanina**. Tra gli effetti negativi provocati dal freddo sulla pelle c'è la **couperose**, ovvero chiazze rosa che si formano generalmente sulle guance, attorno al naso e sulla fronte. Per consolidare le piccole vene, secondo Di Pietro, si dovrebbe assumere cibi ricchi di vitamina C e flavonoidi, come mirtilli e agrumi. Prima di entrare in luoghi caldi, inoltre, sarebbe bene scaldarsi il **viso** con le mani. Nei casi più gravi di couperose, il dermatologo agisce solitamente con il laser Ktp.

Freddo: aumenta il rischio di acne

Il freddo e le basse temperature aumentano anche il rischio di **acne**. Le ghiandole sebacee, infatti, per [preservare la pelle](#) sono costrette a rilasciare composti grassi. Come contrastare i **brufoli**? Di Pietro sconsiglia di ricorrere agli antibiotici ed esorta ad optare per l'**alukina**, una sostanza efficace perché racchiude le proprietà tonificanti della vitamina A, dell'allume e di un composto derivante dalla liquirizia.

Un altro inestetismo provocato dal freddo è rappresentato dalle **occhiaie**. Come evitarle? Dormendo con la testa un po' sollevata. Se le occhiaie non scompaiono, però, si può ricorrere alla chirurgia di **blefaroplastica**. **#salute**