



Il professor
Antonino Di Pietro

Consigli di **BELLEZZA**

Lavate le parti intime con acqua tiepida

E, dopo la pulizia, usate salviette di cotone per asciugarvi, tamponando la pelle delicatamente per evitare di creare irritazioni

La pelle delle parti intime è la più delicata del corpo, quindi, per prevenire arrossamenti e irritazioni, consiglio di seguire alcune semplici regole. Innanzitutto, per sottintesi sempre freschi e profumati, come è ovvio, bisogna lavare questa zona tutti i giorni. Alcune sostanze naturali aiutano a prevenire i cattivi odori e a curare gli arrossamenti: fra tutte, consiglio goccie essenziali di timo e l'olio di melaleuca, una pianta della stessa famiglia del mirto e dell'eucalipto. Suggestiscono anche di lavarsi con acqua tiepida e di ricorrere a un detergente specifico per le parti intime. Infine, dopo avere deteriso la pelle, consiglio di asciugare con molta cura».

Questi sono i suggerimenti di un grande medico, il professor Antonino Di Pietro (www.antoninodipietro.it), presidente fondatore dell'Isplad, la società internazionale di dermatologia plastica, oncologica e rigenerativa, e direttore dell'Istituto Dermatologico Vita Cutis, a Milano (www.vitacutisdermatologico.com). A lui abbiamo chiesto: «Perché consiglia di lavare le parti intime utilizzando sostanze naturali? E perché il timo e l'olio di melaleuca?».

«Ricorrete alle erbe in caso di irritazioni»

«Perché queste sostanze hanno proprietà disinfettanti e rinfrescanti», spiega Di Pietro. «Suggestiscono di versare nell'acqua qualche goccia di olio di timo per avere una pelle dal profumo leggero e delicato. In caso di irritazioni e di arrossamenti, consiglio in particolare l'olio di melaleuca, un antinfiammatorio naturale ri-

ceivuto da una pianta australiana. Si tratta di un olio che si può usare in gocce nell'acqua oppure che si può applicare direttamente sulle parti intime: ha un forte potere disinfettante, lenitivo e protegge la pelle».

«Asciugatevi con salviette di cotone»

«Perché consiglia di usare l'acqua tiepida?».

«Perché l'acqua troppo calda e l'acqua troppo fredda compromettono l'equilibrio della flora batterica delle parti intime, abbassano le difese della pelle e predispongono a eventuali infezioni», risponde il professor Di Pietro.

«Qual è il detergente specifico che suggerisce per lavare le parti intime?».

«La normale sapone è troppo aggressiva», spiega il professor Di Pietro. «Consiglio quindi un sapone con un pH, cioè un grado di acidità, leggermente acido perché questo blocca l'eccessiva crescita dei batteri. In particolare, al momento dell'acquisto, raccomando di controllare sull'etichetta del detergente intimo che esso abbia un pH compreso fra 3,5 e 5,5, cioè lo stesso delle mucose intime».

«Perché raccomanda di asciugare con molta cura le parti intime?», gli domandiamo.

«Per evitare che i residui di umidità sulla pelle diventino il terreno fertile dei batteri e che si creino irritazioni», conclude il professor Di Pietro. «Sempre per non irritare la pelle suggerisco di usare salviette o asciugamani di cotone al cento per cento, con cui tamponare delicatamente senza sfregare con forza».

I NOSTRI CONSIGLI

Ricordatevi che l'asciugamano che usate per le parti intime deve essere personale. Questo è importante per evitare rischi di trasmissione di eventuali infezioni. L'asciugamano va cambiato almeno due volte alla settimana per evitare disturbi.

• Lavatevi iniziando dalla parte intima davanti e poi

passate all'altra per evitare il rischio di trasportare i batteri da una zona all'altra.

• È importante usare biancheria intima in cotone o in seta, tessuti naturali che non irritano la pelle.

• Per evitare arrossamenti non indossate pantaloni troppo stretti e attillati.