

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

• Evitate di sdraiarsi a contatto con l'erba • Le unghie: tagliatele così • Lavatevi sempre con acqua tiepida

Con l'arrivo della bella stagione mi piace prendere il sole disteso sui prati. A questo proposito ho una domanda: è vero che il contatto con l'erba può provocare dermatiti?

Andrea

Sì, è vero. Si chiama proprio "dermatite da prato". Questo disturbo è provocato dalle furocumarine, sostanze presenti nell'erba. A seguito della pressione esercitata dal corpo sulle piante, le furocumarine sono sprigionate e si depositano sulla pelle. A questo punto interviene l'effetto dei raggi ultravioletti del sole: essi attivano queste molecole vegetali, rendendole irritanti per la pelle. Non è un problema pericoloso e per guarire è sufficiente un mese circa. Il disturbo, però, provoca fastidio. Per fortuna, prevenirlo è semplice: suggerisco di evitare di sdraiarsi con la pelle nuda su un prato. Raccomando di usare sempre un telo da spiaggia.

Voglio che le mie unghie siano sempre belle e perfette. Può darmi qualche consiglio per riuscire a fare da sola una manicure efficace?

Angelina

Prima di tutto le raccomando di tagliare le unghie correttamente. Con un paio di forbicine affilate le suggerisco di seguire orizzontalmente il termine del polpastrello, arrotondando un po' i bordi. Per la pulizia delle unghie

eviti le forbicine e la punta della limetta perché possono provocare ferite, facilitando l'ingresso ai germi. Le raccomando di lavare le unghie con acqua e sapone, aiutandosi con uno spazzolino dalle setole morbide. Inoltre le consiglio di evitare di usare smalti di bassa qualità e le suggerisco di applicare lo smalto su una base rinforzante. Infine, tra un'applicazione e l'altra, lasci riposare le unghie per un paio di giorni.

Sto per iscrivermi a un corso in piscina e sono preoccupata per la mia pelle. Rischia di rovinarsi a causa del cloro?

Chiara

Il cloro, in effetti, può alterare l'equilibrio della pelle e renderla maggiormente soggetta a micosi e a infezioni. Le raccomando pertanto di seguire alcuni semplici accorgimenti per evitare problemi. Per non seccare la pelle, dopo ogni bagno, faccia una doccia completa, usando acqua tiepida poiché quella troppo calda sgrassa eccessivamente e secca la pelle. Per la doccia, la invito a usare prodotti appositamente studiati per creare un effetto barriera contro il cloro. Ricordi poi di idratare la pelle. Per il viso può usare creme e sieri a base di fospidin, sostanza in grado di ripristinare l'integrità della pelle. Invece per il corpo raccomando prodotti contenenti grassi vegetali, capaci di proteggere gli strati della pelle più in profondità.