



Il professor
Antonino Di Pietro

È d'obbligo lavare le parti intime ogni giorno

Rispettate l'igiene intima quotidiana e, per prevenire arrossamenti, lavatevi con l'acqua tiepida e asciugatevi con cura dopo il lavaggio

La pelle delle parti intime è molto delicata, quindi per prevenire eventuali irritazioni consiglio di seguire alcune semplici regole. Innanzitutto, per essere sempre freschi e profumati suggerisco di lavare le zone intime tutti i giorni. A chi soffre di arrossamenti poi consiglio di lavarsi diluendo nell'acqua alcune sostanze come il bicarbonato. Suggerisco anche di utilizzare l'acqua tiepida e non calda e di ricorrere a un detergente intimo che non faccia molta schiuma. Infine, dopo avere deterso la pelle, consiglio di asciugarla con molta cura e di indossare biancheria intima di cotone al cento per cento, evitando l'uso di indumenti troppo stretti».

«Preferite i saponi senza schiuma»

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 Dermoclinico Vita Cutis, a Milano (www.istituto-dermoclinico.com). A lui ci siamo rivolti per sapere come curare l'igiene delle parti intime e gli chiediamo: «Come consiglia di lavare le zone intime?».

«Il movimento corretto da fare va dalla parte davanti a quella dietro e mai il contrario perché si rischia di trasportare i batteri da una zona all'altra».

«Che cosa consiglia a chi soffre spesso di arrossamenti alle parti intime?», gli domandiamo.

«Suggerisco lavaggi con acqua e bicarbonato», continua il professor Di Pietro. «Non esagerate però con le quantità di bicarbonato: in piccole dosi è disinfettante, ma se è troppo concentrato può irritare la pelle. Versatene quindi solo un cucchiaino da tè nell'acqua del bidet oppure in una bacinella piena d'acqua e poi procedete con il lavaggio. In alternativa, versate nell'acqua qualche goccia di olio di lino, che dona alla pelle un profumo delicato e contiene sostanze lenitive».

«Perché suggerisce di lavarsi con acqua tiepida?», gli chiediamo.

«Perché l'acqua calda abbassa le difese della pelle e predispone più facilmente alle infezioni», risponde il professor Di Pietro. «Quanto al detergente, raccomando di sceglierne uno specifico per le parti intime che faccia poca schiuma: essa infatti contiene sostanze che possono irritare la pelle. Alla fine del lavaggio asciugate poi bene la pelle per non lasciarla umida: l'umidità è un terreno fertile per i batteri e crea irritazioni».

«Indossate intimo di puro cotone»

«Perché, infine, consiglia di indossare la biancheria di cotone al cento per cento e di evitare indumenti stretti?», gli domandiamo.

«Perché il cotone è una fibra naturale: non irrita e mantiene la pelle in salute; gli indumenti intimi devono essere della giusta misura: la pressione eccessiva, protratta, rischia di irritare la pelle», conclude il professor Di Pietro.

I NOSTRI CONSIGLI

Per proteggere le parti intime, dopo i lavaggi, usate asciugamani sempre puliti e di puro cotone o di altre fibre naturali.

• Evitate di indossare pantaloni troppo stretti, possono esercitare una azione irritante. Infatti surriscaldano le parti intime e possono aumentare il grado di umidità,

favorendo l'insorgere di infezioni.

• Le donne che notano arrossamenti alle parti intime durante il ciclo mestruale potrebbero soffrire di una allergia agli assorbenti: in questo caso è meglio scegliere assorbenti di cotone, che sono sicuramente più delicati.