

DIPIU

22 OTTOBRE 2007 - N. 42

CAIRO EDITORE

Diretto da
Sandro Mayer

IL TRADIVIVO
DI COC



E' FINITA

**Roberta Lanfranchi
e Pino Insegno
sono dagli avvocati
per separarsi**

Medicina

IL NOBEL A UN ITALIANO

LORENA BIANCHETTI
La mia vita tra i delfini



Parla la madre



**MIA FIGLIA
MANUELA VILLA**

**È andata sull'Isola
per dimenticare
il rifiuto del padre
Claudio Villa
e l'abbandono del marito**



2007

Per una pelle sana non usate l'acqua calda

«A chi, in questa stagione, soffre di arrossamenti e screpolature raccomando di lavarsi con acqua tiepida e di evitare gli sbalzi di temperatura», dice il medico



1) Il bagnoschiuma detergente della linea Physio Passion di Korff per la pulizia delle pelli sensibili: contiene sostanze emollienti naturali come l'avena e il riso. 2) Ecco la linea Sensitive Skin di Sant'Angelica ideale per le pelli sensibili perché senza profumo, coloranti, conservanti e senza lattosio e glutine. 3) Fortifica la pelle, rendendola ogni giorno meno sensibile, il trattamento idratante Aqualia hermal di Vichy. 4) Per chi ha la pelle disidratata ecco la crema lipoidratante e fenece Hydra L di Bionike che ha un'azione emolliente e nutriente. 5) Il Trattamento Reidratante Lenitivo di Collistar della linea Speciale Pelli Ipersensibili rende il viso più luminoso grazie alla sua formulazione esclusiva. 6) La crema idratante viso della linea Vision Sublime di Vanity Line protegge la pelle dalle aggressioni dell'inquinamento. 7) La crema Superidratante a rilascio modulato di Clinians, grazie alla sua formula speciale chiamata Aqua Complex 24h, idrata la pelle per ventiquattro ore. 8) La Crema Lenitiva Notte della linea Anti-Rose di Eucerin contiene Licochalcone, una sostanza estratta da una varietà di liquirizia asiatica che ha proprietà lenitive e antinfiammatorie. 9) Il trattamento per pelli intolleranti di Rilastil è composto da tre prodotti; da sinistra: la crema Optimal, per pelli molto secche; la crema Legère per pelli miste e grasse; e il detergente.

NOSTRI CONSIGLI

Per scoprire se la pelle del viso è sensibile basta fare la "prova yogurt": mettete una piccola quantità di yogurt naturale nei solchi ai lati del naso. Se dopo due minuti la pelle "pizzica", allora è sensibile.

Non appoggiate direttamente sul viso la sciarpa di lana: durante lo sfregamento viene

rilasciata la lanolina, una sostanza irritante.

- Evitate i cibi piccanti e gli alcolici: dilatano i vasi sanguigni e i capillari che rischiano di diventare visibili.
- Per stendere la crema non strofinate ma massaggiare il prodotto con leggeri tocchi circolari dei polpastrelli.

Con l'arrivo dell'autunno, le donne che hanno la pelle sensibile, cioè otto europee su dieci, soffrono maggiormente di irritazioni, screpolature e arrossamenti a causa dei frequenti sbalzi di temperatura, dello smog ma anche dello stress che subisce un picco di aumento proprio adesso che abbiamo ripreso tutte le nostre attività quotidiane. Se trascurata, la pelle sensibile rischia di invecchiare precocemente o di generare una dermatite. Per mantenere la pelle sana consiglio pochi e semplici accorgimenti, come evitare l'uso dell'acqua troppo calda, fare un impacco con il pane bagnato nell'acqua, picchiettare la pelle con infusi di malva o camomilla e inserire nella dieta frutti di bosco, sardine e sgombri.

Questo è il suggerimento di un grande esperto, il professor Antonino Di Pietro, dermatologo di grande fama e presidente dell'Isplad, la Società internazionale di dermatologia plastica, estetica e oncologica. Ci siamo rivolti a lui per sapere come ci si prende cura della pelle sensibile e gli chiediamo subito: «Professore, da che cosa è causata la pelle sensibile?».

«Dalla scarsità del film idrolipidico, cioè la pellicola di acqua e grasso che protegge naturalmente la pelle dalle aggressioni esterne. In poche parole, la pelle sensibile non ha difese, o ne ha poche, contro vento, freddo, caldo e smog e quindi si arrossa, "pizzica" e si screpola facilmente. Ma per ovviare a tutto questo bastano pochi e semplici accorgimenti».

«Quali?».

«Evitare di lavarsi con acqua troppo calda e i passaggi bruschi dal freddo al caldo e viceversa, dagli ambienti riscaldati a quelli esterni, perché la pelle sensibile si screpola e reagisce anche dilatando i capillari del viso che diventano visibili e non riescono più a restringersi formando quel reticolo rosso che noi medici chiamiamo couperose. Poi consiglio di fare, una volta alla settimana, un impacco di cinque, dieci minuti con il pane bagnato nell'acqua tiepida avvolto in un panno di cotone: il pane infatti contiene amido, che ha un grande potere lenitivo. Sempre per calmare gli arrossamenti suggerisco poi di picchiettare quotidianamente la pelle con infusi di camomilla o di malva e poi, per ripristinare il film idrolipidico, consiglio di idratare la pelle dall'interno».

«Mangiare frutti di bosco fa bene»

«Come?», gli chiediamo.

«Prima di tutto bevendo almeno due litri d'acqua al giorno e poi inserendo nella dieta cibi che contengono sostanze in grado di aiutare la pelle sensibile a essere più "forte": more, mirtillo e lampone, ricchi di flavonoidi, sostanze che rinforzano i capillari; sardine, merluzzi e sgombri, che contengono i grassi Omega 3 e Omega 6; arance e kiwi, ricchi di

vitamina C, che aiuta la pelle a ricostruirsi dall'interno; la frutta secca, come mandorle, noci e nocciole che contengono le vitamine E e F, sostanze utili a combattere l'invecchiamento delle cellule e, quindi, anche della pelle».



Il professor Antonino Di Pietro