

# U N N A MODERNA

<http://www.mondadori.com/donnamoderna>



cronaca e spettacolo

27 OTTOBRE 1999  
Anno XII N. 43

**Lire 3500**  
in Italia Euro 1,81



**MONDADORI**  
CON I.P. SPED. IN A.P. 45%  
ART. 2 COMMA 20/B  
LEGGE 662/96 - VERONA  
BELGIO BEF 90  
GERMANIA DM 6  
GRECIA GRD 700  
SPAGNA P.Las 300  
SVIZZERA FR.S. 3,70  
UK LGS 1,95

## ►►► Dossier 8 pagine di bugie

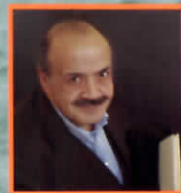
- Come scoprire se qualcuno ti mente
- Come mentire senza farti scoprire Pag. 119

## Grande concorso Vinci 100 guardaroba completi per il tuo bambino Pag. 50



## Italia sotto esame

Nel suo ultimo libro  
**Maurizio Costanzo**  
denuncia gli  
scandali di un  
Paese che non sa  
cambiare Pag. 220



## Impara a cucinare

Passo per passo tutti  
i segreti per preparare  
un buon  
pollo arrosto  
Pag. 195



## Stop all'influenza

Adesso c'è uno  
spray che in sole  
24 ore combatte  
il virus Pag. 144

# Per te, ragazza moderna

Ecco 44 pagine di moda,  
bellezza, viaggi e mille curiosità severamente  
vietate a chi ha più di 18 anni



# Acne: se la conosci se ne va

**L**o dice una ricerca condotta dalla Associazione italiana dermatologi ospedalieri: i brufoli sono un problema per otto adolescenti su dieci. E tra questi, almeno due soffrono della forma cronica di infiammazione della pelle: l'acne. Che è causata dai cambiamenti ormonali di questo periodo della vita. Avere "la faccia da pizza", come dite voi ragazze, crea grossi disagi psicologici. E rende più difficile tutto, anche con i ragazzi. E allora? Semplice, dovete curarvi bene: chiedete aiuto a un dermatologo. E lasciate perdere i luoghi comuni. Facciamo un po' di chiarezza con l'aiuto degli specialisti. Pierluca Bencini, dermatologo all'ospedale San Raffaele di Milano, e Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano e docente all'Università di Pavia, vi spiegano quanto c'è di vero, di falso o di stupido nelle convinzioni più diffuse sui brufoli.

**Acne e brufoli sono la stessa cosa.**

**FALSO.** Questi due problemi normalmente vengono confusi, ma hanno un'origine diversa. I brufoli, che i dermatologi chiamano foruncoli, sono una semplice infiammazione locale dei bulbi piliferi, i piccoli organi che fabbricano i peli. La pelle è secca e arrossata: le lesioni sono dolorose, a volte producono pus ma è raro che ce ne siano molte tutte insieme. In questi casi, la pulizia accurata e una crema disinfettante possono bastare. L'acne, invece, è

**Schiacciate i brufoli? Per evitarli vi siete messe a dieta? E magari siete convinte che la pillola li guarisca? Allora vi state curando male. Vi spieghiamo perché**

un'infiammazione cronica della pelle del viso, della schiena e del petto. La pelle è lucida e unta, piena di comedoni (i cosiddetti punti neri) che, se si infettano, si trasformano in pustole. Se avete questi sintomi non cercate di curarvi da sole: andate dal dermatologo. **Pizza, patatine e salame fanno venire l'acne.**

**FALSO.** Tirate un sospiro di sollievo: pizza, cioccolato, patatine e salame non fanno venire l'acne. Che è causata da una esagerata stimolazione delle ghiandole sebacee da parte degli ormoni maschili (gli androgeni): su questo terreno i batteri si moltiplicano benissimo. Detto questo, mangiare "pulito" è sempre meglio.

**Più si lava la faccia, più i punti neri spariscono.**

**FALSO.** I detergenti, compresi i saponi antiacne che si trovano in farmacia, hanno un'azione disinfettante: ma se avete un'infiammazione cronica, non bastano a gua-

rire. Anche se li usate molte volte al giorno. «Anzi, lavarsi spesso peggiora la situazione, perché asciuga troppo la pelle e stimola le ghiandole a produrre più sebo» dice Di Pietro. Servono, invece, cure diverse caso per caso: il dermatologo può prescrivere una crema antibiotica, una lozione esfoliante, un gel antinfiammatorio. E, a volte, anche farmaci da prendere per bocca.

**Il sapone migliore è quello allo zolfo.**

**STUPIDO.** A volte ci si fissa su un prodotto.

Magari perché qualche amica lo usa con buoni risultati. Ma ogni pelle ha bisogno della sua cura. A seconda dei casi, per lavarsi si può usare il sapone neutro, il cosiddetto "sapone non sapone", i prodotti allo zolfo, i detergenti liquidi disinfettanti. Decide lo specialista. **Si può usare il fondotinta.**

**VERO.** «In farmacia si trovano cosmetici speciali per chi ha l'acne» spiega Bencini. «Sono senza oli e contengono sostanze, come l'acido azelaico, che hanno una leggera azione levigante. E aiutano a migliorare l'aspetto della pelle». L'importante, però, è che la sera laviate sempre bene il viso.

**Bisogna schiacciare i brufoli ogni volta che compaiono.**

**STUPIDO.** Schiacciare i brufoli con le dita li fa aumentare. E provoca noduli e cicatrici, perché la pressione rovina il bulbo pilifero. «Se proprio non potete resistere, intervenite così» consiglia Di Pietro. «Bucate il brufolo con un ago sterile e, dopo esservi lavate le mani con un buon sapone disinfettante, schiacciatelo dolcemente. La zona rimane arros-

sata. Ma non si rischiano cicatrici». **La pillola fa guarire l'acne.**

**FALSO.** «Dipende dal tipo di pillola» dice Bencini. «L'unico ormone efficace è il ciproterone acetato, che blocca l'azione degli androgeni. Solo le pillole che lo contengono sono utili». Se, invece, nel farmaco ci sono ormoni chiamati progestinici norderivati, l'acne può addirittura peggiorare, perché l'organismo trasforma queste sostanze in ormoni maschili: proprio i responsabili dell'acne. Guardate il foglietto illustrativo, alla voce composizione. Se una sostanza ha il prefisso "nor", può far male alla pelle. La prossima volta che andate dal ginecologo parlatene. Basta cambiare prodotto.

**Se rimane una cicatrice non c'è più niente da fare.**

**VERO.** Non è possibile far sparire le cicatrici. Ma si possono attenuare. La tecnica più utilizzata è il laser ultrapulsato, che leviga la pelle in superficie e "stende" la lesione. Se l'acne è recente e la cicatrice è poco visibile, potete ricorrere al peeling con l'acido glicolico: toglie la parte superficiale dell'epidermide, rendendola più liscia. Sono cure che può fare solo lo specialista.

**La lampada Uva fa bene.**

**FALSO.** È solo un'impressione. Durante le prime sedute "asciuga" i brufoli, come succede d'estate al mare. Ma a lungo andare, il problema di solito peggiora. «È colpa del calore» dice Di Pietro. «Il sudore si mescola al sebo e crea un velo che favorisce le infezioni. Il caldo, poi, richiama il sangue al viso: e questo trasporta anche gli ormoni androgeni».

**Stefania Rattazzi**



VAN KASTEL



## Il mese della prevenzione

Chiamate lo 028910207 il lunedì, martedì, mercoledì e venerdì, dalle 9 alle 12.30, fino al 27 ottobre. Questo è il mese che Donna Moderna dedica alla prevenzione dei problemi della gravidanza, in collaborazione con Asm, Associazione Italiana studio malformazioni. Al telefono risponderanno specialisti pronti a dare informazioni su tutto quanto dovete sapere per arrivare al parto sereno e sicuro. Vi ricorderanno, per esempio, che il travaglio sarà molto più facile se, durante la gravidanza, avrete fatto con regolarità gli speciali esercizi di ginnastica e di respirazione. Vengono insegnati sempre durante i corsi di preparazione al parto, ma si trovano, descritti perfettamente, anche in diversi libri dedicati all'argomento. Come *Ginnastica dolce in gravidanza*, di Janet Balaskas (Mondadori, 29.000 lire).