

# GLORIA

H. B. S. COMI EDITORE

Settimanale Sped.  
in a.p. - 45% - art. 2  
comma 20/b  
Legge 662/96  
Filiale di Milano -  
Anno LXIV  
N. 16  
24 APRILE  
2001  
L. 3.500

**Lui & lei**  
**Dirsi**  
**tutto fa**  
**bene**  
**alla**  
**coppia?**

**Speciale bellezza**

**I NUOVI TRUCCHI PASTELLO • LE CURE  
CON I FIORI • BEAUTY FARM IN CASA**



Le scelte naturali: lino, cotone e canapa per gli abiti; legno, cocco, carta per la casa.



## Naturale o sintetico?

■ L'abbigliamento è come una seconda pelle. Anche in questo campo, crescono le aziende biologiche che producono filati provenienti solo da coltivazioni "pulite", confezioni realizzate senza interventi chimici, con dettagli in elementi naturali: tutto garantito da marchi rilasciati da appositi enti autorizzati dalla UE. «Le tinture chimiche possono essere tranquillamente eliminate grazie ai cotoni che per la particolarità del seme nascono già colorati», spiegano gli esperti di Ali, una delle aziende biologiche del settore. Da segnalare anche il ritorno della canapa, per decenni scomparsa dai nostri mercati e oggi riproposta per ricavarne tessuti freschi d'estate e caldi d'inverno. **Dunque i tessuti sintetici sono da eliminare? Approfondiamo l'argomento con Antonino Di Pietro, dermatologo e direttore scientifico di Grotta Giusti Terme**

### E' vero che le fibre sintetiche sono poco salutari?

Quelle tradizionali tendono a essere antitraspiranti, quindi a favorire il ristagno del sudore e l'aumento della temperatura corporea. Da qui, per chi ha la pelle particolarmente sensibile, possibilità di infezioni specie in alcune zone del corpo (ascelle, inguine, piedi). Inoltre, il calore e l'umidità prodotti da questi tessuti possono alterare il film idrolipidico, abbassando il livello di protezione della pelle e rendendola più vulnerabile alle allergie. Specie per i bambini, dunque, i tessuti naturali sono garanzia d'igiene e benessere. Ma qualcosa sta cambiando...

### Ci sono novità nel campo dei sintetici?

Ci sono tessuti sintetici di nuova generazione che in prospettiva potrebbero addirittura superare nelle caratteristiche positive quelli naturali. Sono allo studio tessuti che a contatto con il calore della cute possono rilasciare sostanze benefiche, per esempio emollienti e idratanti. E con il tempo queste capacità potrebbero essere sfruttate per rilasciare sostanze farmaceutiche: contro il diabete, ad esempio o l'ipertensione...

### Quasi fantascienza. C'è dell'altro?

E' allo studio la possibilità di creare "tessuti sentinella". Dotati, cioè di particolari sensori in grado di cogliere le variazioni della pelle attraverso il sudore. Una specie di check up continuo, al quale abbinare la cura del disturbo intercettato attraverso il rilascio delle sostanze curative.

nebbie cittadine avrebbero anche effetti deleteri sulla psiche, favorendo l'insorgere di uno dei fenomeni più inquietanti dei nostri tempi: gli attacchi di panico. «Si tratta ancora di una ipotesi da verificare», ha spiegato il neurologo Rosario Sorrentino nel corso di un recente convegno sul panico, organizzato presso l'Università La Sapienza di Roma. «Ma tutto lascia pensare che abbia un fondamento. I carichi eccessivi di anidride carbonica sempre più presenti nell'aria che respiriamo, infatti, possono stimolare direttamente i centri nervosi che scatenano il panico. Prova ne è che le crisi aumentano quando il turn over di aria respirabile viene a mancare. E ancora di più aumentano a bordo degli aerei, dove la percentuale di ossigeno cala del 25% (per

via di pressurizzazione, quota e riciclo dell'aria). Quanto all'esperienza scientifica», aggiunge Sorrentino «è ormai dimostrato che la somministrazione di una miscela di anidride carbonica in concentrazione prestabilita (5% con 95% di ossigeno) è sufficiente a scatenare un attacco». Respiro "da panico", dunque, nelle nostre città. Con cifre sempre più allarmanti: un italiano su tre ne è colpito almeno una volta nella vita, mentre la fascia d'età a rischio, finora contenuta tra i 18-40 anni, tende ad allargarsi». ■

## Abitare senza rischi

Come "rendere più sana possibile" la nostra casa? Poche, ma fondamentali, le regole suggerite dal bioarchitetto Luigi Capriolo.

**Impianti elettrici.** Anche quando tutto è spento, gli impianti elettrici possono creare campi di radiazioni nocivi. Per difendersi, predisporre impianti che utilizzino solo cavi schermati o applicare gli appositi "teleinterruttori" al vecchio contatore: scattano appena si spegne l'ultima lampadina bloccando, almeno di notte, la produzione di carichi dannosi.

**Televisione.** Se gli impianti non sono schermati, spegnere il video direttamente dall'apparecchio.

**Materiali edili e di arredo.** Quasi tutti quelli in commercio contengono formaldeide (un gas cancerogeno che viene rilasciato dai materiali per periodi che possono andare dai sei mesi ai tre anni). Meglio quindi eliminare i materiali laccati o verniciati e soprattutto i laminati plastici e preferire legni naturali, trattati a cera o con olio di lino.

**Finiture.** Per evitare le muffe (diretta conseguenza degli ambienti impermeabilizzati), meglio orientarsi su rivestimenti traspiranti (tinture idrosolubili e carte da parato naturali incollate con prodotti atossici come la vecchia e sempre valida colla di pesce).

**Pavimenti.** Optare per il legno, ma trattato con oli e cere naturali. Oppure scegliere il cotto e il marmo (preferendo il tipo privo di venature).

**Aerazione.** Occorre ritornare alle abitudini delle nostre nonne, che ogni mattina alzavano i materassi e mettevano le lenzuola al sole, creando inconsapevolmente un'azione antibatterica. L'aria esterna, per quanto inquinata, è più sana di quella interna. E la casa, per rimanere sana, deve prima di tutto respirare.