

In Italia Euro 1,40

Intimità



GEORGE CLOONEY
Il "re" del lago di Como

PREVIDENZA
Pensioni, vediamoci chiaro

IN PIÙ
La lettura dell'estate
IN REGALO
Speciale giochi

10 STORIE VERE

Un romanzo completo

MODA
Caftani, freschi e trendy

Questa settimana
INTIMITÀ anche
con un ROMANZO
HARMONY
Chiedi al tuo edicolante

VERONICA

«Il mio matrimonio funziona perché...»



23 AGOSTO 2007 - N. 33 - Pubbl. settiman. ANNO LXI - Poste Italiane spa - Sped. in A.P. - D. L. 353/03 art. 1, comma 1, DCB Verona - Italia € 1,40, Belgio € 3,20, Francia e Principato di Monaco € 3,50, Germania € 3,90, Gran Bretagna Lst. 2,30, Lussemburgo € 3,20, Malta 1,30 LM, Slovenia SIT 620 (€ 2,59), Spagna € 3,50, Svizzera Fch. 3,90, Canton Ticino Fch. 3,40

CUCINA
Dolcesse al gelo



speciali di **Intimità**
RELAX
sotto il SOLE
Cruceverba



L. Mancini

In estate, complice la promiscuità in piscine e spiagge, il rischio di micosi raggiunge il culmine. Tutto quello che c'è da sapere per evitarlo

Caldo, umido e... i funghi fioriscono

da te è quello di mettere inutilmente un farmaco sulla pelle, che potrebbe creare assuefazione e selezione dei germi resistenti per cui, quando poi serve veramente, risulta inefficace». Ecco quali sono le forme di micosi più diffuse.

Piede d'atleta Si contrae in ambienti pubblici umidi e molto frequentati; è dovuto a una tigna, *Tinea pedis*, che si localizza preferibilmente fra le dita dei piedi. Di solito si lega anche a una scarsa igiene del piede, combinata a una forte sudorazione. Te ne accorgerai per la presenza di desquamazioni, fissurazioni della pelle, prurito. Per evitare il rischio è

meglio cambiare scarpe e calze tutti i giorni e lavarsi bene fra le dita eliminando, poi, ogni traccia di sapone. È una malattia tenace, che richiede costanza nel seguire le cure, date da creme e polveri antimicotiche.

Candidosi genitale Il contagio avviene solo con i rapporti sessuali; a esserne colpite sono soprattutto le donne, che si accorgono dell'infezione da sintomi quali prurito vaginale, bruciore, arrossamento, perdite biancastre. Anche l'uomo può essere con-

tagiato, ma non noterà sintomi. Se sei stata infettata, anche il tuo partner si dovrà curare. Il medico prescriverà farmaci antimicotici (ovuli e creme) o lavande. In caso di ostinata recidiva, dovrai prendere anche medicinali per via orale.

Tigna È un disturbo molto contagioso che compare di solito sul cuoio capelluto o sulle ascelle, con chiazze ad anello e zone desquamate che bruciano sotto i raggi del sole. Attenzione agli animali domestici, perché il contagio si trasmette spesso tramite cani e gatti. Creme, shampoo specifico e lozioni antimicotiche eliminano l'infezione.

Pitiriasi

È dovuta a un lievito, ossia un particolare tipo di miceti. Possono esserne responsabili la forte sudorazione e gli ambienti umidi, oltre al fatto che la pelle resti a lungo bagnata. Se ne sei stata colpita, noterai su spalle, dorso e collo macchioline iniziali di 1-2 centimetri che possono, poi, raggrupparsi in macchie più vaste. Sotto i raggi del sole, le chiazze già esistenti, prima non visibili, restano chiare. La curerai con creme e pomate antimicotiche (per esempio, a base di zinco-piritone o solfuro di selenio). Per prevenire la pitiriasi, dopo la doccia asciugati sempre con cura e usa il talco.

Antiestetiche macchie sulla pelle, desquamazioni, arrossamento. Sono le manifestazioni tipiche delle infezioni causate dai funghi. Un problema tipicamente estivo, molto diffuso, favorito da caldo, umidità e sudore. «I funghi, o miceti, sono microrganismi che possono insediarsi sulla nostra cute, dando luogo a malattie chiamate, appunto, micosi», spiega il **dermatologo milanese Antonino Di Pietro**. - La trasmissione avviene sempre per contagio, diretto o indiretto: i funghi possono sopravvivere, infatti, anche al di là del contatto con il nostro organismo, quindi essere veicolati ad altri e contagiarli non solo grazie ad asciugamani o biancheria ma, anche, per mezzo di pavimenti, panche, piani doccia o servizi igienici di piscine, stabilimenti balneari e palestre. Fortunatamente, questi disturbi di solito si curano abbastanza facilmente. Attenzione, però. Per identificarli e risolverli al meglio, è sempre bene una tempestiva visita dal dermatologo. Non sempre, infatti, gli arrossamenti e i pruriti possono dipendere da micosi; il rischio delle cure fai

Se non vuoi correre rischi

Prevenire le micosi è meglio che curarle! Ecco i suggerimenti di **Luigi Gnechi, specialista in Dermatologia**, dirigente medico della divisione di Dermatologia dell'ospedale S. Gerardo di Monza.

- Indossa biancheria e calze di cotone, cambiandoti spesso.
- In piscina e nelle docce di stabilimenti balneari e palestre indossa ciabatte di gomma.
- Preferisci scarpe in cuoio, perché non "trattengono" la sudorazione del piede.
- Lava i piedi due volte al giorno e asciugali anche fra le dita, senza strofinare.
- In casa ciascuno avrà i suoi asciugamani personali. Se hai contratto una micosi, lava i tuoi indumenti separatamente e ad alte temperature.

Maria Giubilarì