

N. 09 Agosto 2003 - Mensile - Spesa: 400 lire - 200 lire - Legge 662/96 - Edizione di Milano - Francia Euro 6,00 - Spagna Euro 3,70 - Svizzera Sfr 6,00 - Svizzera Tassa di 0,30 - Germania Euro 6,00 - Germania Euro 6,50 - Gran Bretagna Gba 2,70

vitality



Italia
Euro

Linea light
**Snack da spiaggia
scegliamoli bene**

Piacersi di più

▶ *Scoprirsi più bella*
Stare meglio con gli altri
▶ *Trovare nuove energie*

Sesso

“Tu mi conosci ma
non sai chi sono...”
In esclusiva da Raul Montanari
**ED È SUBITO
EROS-EMOZIONE**

Bellezza
**Utilizzare al massimo
i benefici del mare**

Dossier
**Perché non sappiamo
vivere rilassati**



Bellezza | Filo diretto col dermatologo

Le 10 domande che "scottano"

CON LE 10 RISPOSTE DELLO
SPECIALISTA PER SALVARE LA PELLE SOTTO IL SOLLEONE

DI ANTONINO DI PIETRO



Antonino Di Pietro,
dermatologo
plastico a Milano

1 Che fare in caso di eritema solare?

Intanto, evitare di esporsi al sole o restare in ambienti surriscaldati, indossare t-shirt leggere e di colore bianco (respinge gli Uv). Per lenire l'arrossamento della cute, causato da vasodilatazione persistente dei vasi capillari, fare impacchi di amido (anche con pane bagnato) o camomilla (astringente), più volte al giorno. Nei casi più seri, applicare creme cortisoniche o antistaminici per bocca. Tempo 2-3 giorni la pelle torna normale.

2 I funghi (micosi da candida) si possono prendere anche al mare?

Sì, sedendosi sulla sdraio umida o sulla sedia di plastica bagnata. Colpiscono la zona inguinale soggetta allo sfregamento del costume. I sintomi: arrossamento, desquamazione, prurito. La cura: lavaggi con acqua e bicarbonato e creme antimicotiche mattina e sera. Si guarisce in 7-10 giorni.

3 E le verruche?

Bordi delle piscine anche all'aperto, docce, tutte le superfici umide in generale sono terreno di coltura delle verruche, infezione da virus che colpisce mani e piedi. Per evitarle, d'estate, camminare il meno possibile a piedi nudi e fare la doccia con le ciabattine avendo cura di lavarle e asciugarle bene dopo.

4 Come comportarsi se si viene sfiorati da una medusa?

Per prima cosa, allontanare, raschiandoli delicatamente con la lama (non tagliente) di un coltello, i residui di tentacoli attaccati alla cute. Lavare la parte con acqua salata, disinfettante naturale. Poi, applicare una soluzione di ammoniaca per neutralizzare il veleno e una crema cortisonica per frenare l'infiammazione. Nei giorni successivi proteggere la zona con creme a schermo totale per evitare che si formino antiestetiche macchie. Si guarisce in 5-6 giorni.

5 E se si calpesta un riccio?

Rimuovere subito gli aculei con un ago disinfettato, immergere il piede in acqua di mare calda e trattare la parte con pomata antibiotica ricorrendo, in caso di dolore intenso, ad analgesici.

6 Come si riconosce la dermatite da costume?

Dalle macchioline rosse e dalle vescichette, talvolta pruriginose, che compaiono sotto il costume. Sono causate dallo sfregamento delle fibre sintetiche con minuscoli celenterati (microscopiche meduse) che, durante il bagno, possono insinuarsi tra la pelle e il costume. Si cura con creme all'ossido di zinco, lenitive e antinfiammatorie, mattina e sera per 2-3 giorni.

7 Il sole fa bene all'acne?

Solo se con adeguata protezione, con creme antisolar non troppo grasse che non impediscono la traspirazione. Altrimenti si provoca vasodilatazione che peggiora la componente infiammatoria dell'acne.

8 Ci si può esporre al sole se si hanno le smagliature?

Sì, se sono di vecchia data: non peggiorano. Se invece sono fresche, con l'abbronzatura si vedranno meno ma bisognerà proteggerle bene perché, dopo, non restino macchie.

9 Come regolarsi con i capillari?

Su viso e décolleté (couperose) o sulle gambe (teleangectasie) peggiorano con il calore, dunque anche all'ombra, sotto l'ombrellone. Pertanto, sulla spiaggia evitare il surriscaldamento bagnandosi spesso le gambe con acqua fresca (minerale e ghiaccio) e assumere flavonoidi (vasoprotettori) attraverso il cibo (more, mirtilli).

10 E in caso di herpes sulle labbra?

Il sole non fa comunque bene. Può lasciare il segno (macchie scure) sulla ferita fresca che resta sulle labbra dopo che le vescicole si sono rotte. Usare, dunque, sempre stick ad alta protezione.