



Il professor
Antonino Di Pietro

Asciugate bene il viso dopo ogni lavaggio

«Ora che fa tanto freddo raccomando di asciugarsi bene, altrimenti le goccioline di acqua che restano sulla pelle possono creare screpolature»

Ora che fa molto freddo la nostra pelle è più secca e meno luminosa. Per mantenerla idratata consiglio di seguire alcune semplici regole. Innanzitutto suggerisco di asciugare bene la pelle ogni volta che la laviamo, in particolare attorno alla bocca e agli occhi. Invece per proteggere le mani suggerisco di indossare un paio di guanti quando si esce di casa. Ogni mattina e ogni sera raccomando poi anche di stendere creme a base di sostanze ricavate dalla soia e dai crostacei, sia sulle mani sia sul viso, facendo un massaggio alla pelle con movimenti circolari per circa cinque minuti».

«Protegete le mani usando i guanti»

Questi sono i suggerimenti di un grande medico, il professor Antonino Di Pietro (www.antoninodipietro.it), presidente fondatore dell'Isplad, la società internazionale di dermatologia plastica, rigenerativa e oncologica, e direttore dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis, a Milano (www.istitutodermoclinico.com). Ci siamo rivolti a lui per sapere come mantenere idratata la pelle, ora che fa molto freddo, e gli chiediamo: «Perché è importante asciugare la pelle dopo il lavaggio?».

«Le goccioline di acqua che restano sulla pelle, in particolare attorno alla bocca e agli occhi», spiega il professor Di Pietro «ora che fa freddo possono indebolire i legami tra le cellule superficiali della pelle e creare screpolature».

«Perché consiglia di indossare un paio di guanti quando si esce di casa?».

«Per avere mani morbide è importante fare sì che non si raffreddino mai troppo a lungo», dice il professor Di Pietro. «I guanti riescono a mantenere calda la pelle e a evitare gli sbalzi tra il caldo e il freddo, che fanno soffrire i vasi capillari della pelle delle mani e creano screpolature e piccoli spacchi fastidiosi».

«Applicate la crema ogni mattina e sera»

«Perché consiglia di applicare una crema idratante alla mattina e alla sera?», gli domandiamo.

«Applicando una crema alla mattina, prima di uscire in questi giorni, creiamo una barriera protettiva dal freddo sulla pelle, e applicando una crema alla sera permettiamo alla pelle di assorbire le sostanze nutritive di cui ha bisogno», dice il professor Di Pietro.

«Perché suggerisce una crema a base di sostanze ricavate dalla soia e dai crostacei?».

«Le sostanze che derivano dalla soia, come i fosfolipidi, e alcune che derivano dai crostacei, come la glucosamina, mantengono la pelle idratata, elastica e vellutata», spiega il professor Di Pietro. «Il composto che contiene contemporaneamente queste utili sostanze è il Fospidin. Raccomando che ci sia nei sieri e nelle creme che utilizzate».

«Perché, mentre applichiamo la crema, suggerisce di fare un massaggio di cinque minuti sulla pelle?», gli domandiamo.

«Perché il massaggio riattiva la circolazione sanguigna», conclude il professor Di Pietro «e regala salute e bellezza alla pelle, donandole anche morbidezza e un colorito più seducente».

I NOSTRI CONSIGLI

Quando fa più freddo anche le nostre labbra rischiano facilmente di screpolarsi. Per mantenerle sempre idratate e per prevenire arrossamenti e irritazioni suggeriamo di proteggerle applicando ogni mattina, prima di uscire di casa, un lucidalabbra.

• Quando vi lavate usate l'ac-

qua tiepida: l'acqua calda sgrassa e disidrata la pelle, rallenta la circolazione e aumenta i problemi di fragilità capillare. Regolate quindi la temperatura dell'acqua intorno ai trentasei gradi, cioè alla stessa temperatura del corpo.

• Per proteggere dal freddo i capelli consigliamo di indossare un cappellino.