

LA BUONA VITA / SALUTE / BENESSERE



## Sulla nostra pelle

di Magda Belmontesi

 specialista in Dermatologia  
e docente del master di Medicina estetica  
all'Università di Pavia

### COSÌ SI COMBATTE il prurito al viso

«Dottoressa, sono affetta da una malattia non grave, ma fastidiosa, la dermatite seborroica, con pruriti, arrossamenti e desquamazioni, soprattutto sulle ali del naso e le sopracciglia. Ho notato che con la fine dell'estate peggiora. Cosa posso fare?». Adele Vanaria

La dermatite seborroica è difficile da sconfiggere. Si manifesta infatti con periodi di recrudescenza, alternati a periodi di remissione, e dipende da un'alterazione del sebo: a livello cutaneo **diminuiscono lo squalene, gli acidi grassi polinsaturi e la concentrazione di vitamina E plasmatica**. L'anomalia favorisce la crescita della "malassezia", lievito naturalmente presente sulla pelle. A ciò si somma un incremento della proliferazione cellulare, causata da focolai infiammatori, che rendono l'epidermide arrossata.

(come ovaio policistico, iperinsulinemia, insulinoresistenza, a causa dell'azione ormonale indotta dall'aumento dell'insulina) in cui gli elevati livelli di testosterone potrebbero favorire la seborrea e la conseguente dermatite. In base alle manifestazioni cliniche, il dermatologo s'indirizzerà verso una terapia d'attacco con farmaci, unitamente a una più blanda di

mantenimento con shampoo, detergenti specifici e creme antinfiammatorie, sebo regolarizzanti ed esfolianti, come solfuro di selenio, zinco piritione,

pirocto olamina, acido salicilico e zolfo colloidale.

Per ristabilire le condizioni ideali, **non bisogna alterare la barriera di protezione cutanea con lavaggi frequenti o aggressivi**, ma usare detergenti delicati, meglio se privi di sostanze alcaline e alchilsolfati e con pH fisiologico. Come stile di vita, è bene ridurre lo stress, che accelera le normali funzioni dell'organismo, produzione di sebo compresa, alcol e cibi piccanti che causano

vasodilatazione e irritazioni, e assumere carboidrati a basso indice glicemico, che contengono i picchi di concentrazione insulinica nel sangue. **Via libera invece a quelli idratanti, come frutta e verdure fresche**, ed eudermici, per esempio quelli contenenti biotina (vitamina H), che regola il metabolismo dei grassi, contenuta in cereali integrali, tuorlo d'uovo, pollame, semi di soia e pesce di mare.

Inviare le vostre lettere per **Magda Belmontesi** all'indirizzo di posta elettronica [gioiaposta@hearst.it](mailto:gioiaposta@hearst.it)

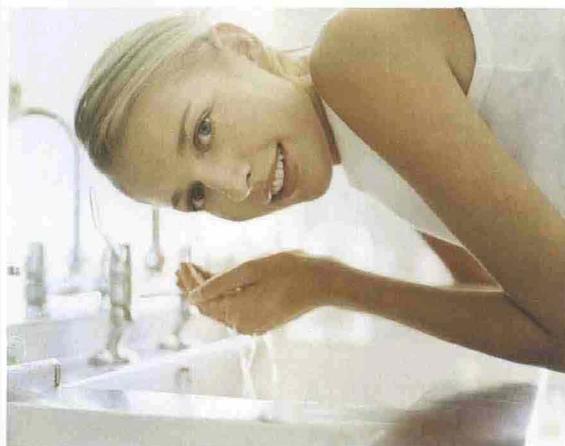


## ABBINAMENTO vincente

È noto che l'uso di aspirina dopo un bypass coronarico è associato a una riduzione del rischio di morte e a una **diminuzione di eventuali complicanze ischemiche**. Recentemente, però, uno studio condotto dal dottor Fabio Pulcinelli del Dipartimento di Medicina sperimentale dell'Università La Sapienza di Roma ha mostrato che **l'efficacia di questo farmaco è contrastata da molecole presenti nelle piastrine del sangue**. Tuttavia, l'effetto indesiderato può essere **corretto utilizzando l'acido acetilsalicilico in associazione con il dipiridamolo, un principio attivo che fa aumentare la capacità dell'acido acetilsalicilico stesso di inibire le piastrine**. Lo studio in questione, condotto su diversi pazienti a cinque giorni dall'intervento, ha anche **mostrato che l'aspirina abbinata al dipiridamolo riduce in misura maggiore le complicanze cerebrovascolari**.

Gianna Melis

*Secondo l'Unicef ogni anno circa 7,6 milioni di bambini sotto i 5 anni muoiono per cause evitabili. L'obiettivo è arrivare a mortalità zero*

 Info: [www.unicef.it](http://www.unicef.it)


Lo stress è probabilmente il principale **fattore scatenante della malattia** nei soggetti predisposti. Trattandosi di una patologia cronicorecidivante, è rara la scomparsa definitiva, anche se è possibile controllarla, con periodi di benessere alternati a recidive. Durante la stagione balneare, la sebo regolazione indotta da sole e acqua di mare apporta benefici notevoli, mentre le lampade UV spesso sono irritanti e peggiorative. Una visita specialistica è sempre importante, ad esempio per escludere nelle donne possibili quadri d'iperandrogenismo