



# E SE FOSSE IL TESSUTO A FARTI MALE?

Fibre e materiali che indossiamo  
possono causare irritazioni,  
infiammazione e persino piccole ferite

di Chiara Libero

42 [www.starbene.it](http://www.starbene.it)

## POLIESTERE

I tessuti sintetici in generale hanno un difetto: non lasciano traspirare la pelle. E purtroppo non si suda soltanto in estate, ma anche in inverno e il sudore resta sulla superficie cutanea. «Oltre all'odore sgradevole, possono dare origine a problemi di macerazione in alcune zone, come le ascelle, l'inguine e la pelle sotto il seno», avverte la dermatologa [Magda Belmontesi](#).

## PAILLETTES

I dischetti luccicanti, così come i tessuti laminati, possono causare minuscoli tagli sulla pelle, leggere abrasioni e arrossamenti. «In particolare se si trovano sulle canotte, che sfregano su parti delicate come le ascelle», dice [Magda Belmontesi](#).

## JEANS

Il tessuto dei jeans ha due «controindicazioni»: è ruvido, specialmente in corrispondenza delle cuciture. «Inoltre la moda dei blue jeans elasticizzati o ultraskinny rallenta la circolazione su glutei e cosce, favorendo la comparsa della cellulite», fa notare la dermatologa.

## LANA

«Come tutti i tessuti di derivazione animale (compresa la seta) può essere irritante se hai la pelle atopica o se soffri di allergie», osserva la dermatologa. «Su zone delicate come il collo e il mento può inoltre causare prurito e infiammazioni, fino all'acne».

Marie Claire IPA, Shutterstock (4)

Codice abbonamento: 095256

## starbene bellezza

### che cosa puoi fare?

Se ti accorgi di avere la cute irritata, per prima cosa elimina ogni traccia di sudore con una doccia. Soltanto dopo, applica un prodotto idratante e lenitivo, che aiuti la pelle a trovare sollievo. Scegli una crema possibilmente senza alcol e profumo, con acqua termale. «Se hai anche una macerazione in atto, puoi ricorrere a un prodotto che contenga ossido di zinco e vitamina E», consiglia la dermatologa. «Per evitare lo sfregamento delle parti irritate e assorbire l'eventuale sudore ricorri a una polvere con avena colloidale».



**Cicaplast Baume B5 di La Roche-Posay, con rame/ossido di zinco/manganese. 40 ml, 9,80 €.**

### come evitare altri problemi

L'unica soluzione consiste nell'evitare i tessuti sintetici. «Se proprio non è possibile, scegli indumenti abbastanza larghi, che facciano passare l'aria tra la stoffa e la pelle», raccomanda la dottoressa **Magda Belmontesi**. «Evita soprattutto i pantaloncini e le magliette aderenti e applica comunque sulla pelle un velo di polvere assorbente».

### che cosa puoi fare?

In entrambi i casi, la parola d'ordine è "delicatezza". «Se ti accorgi che le paillettes ti hanno causato un arrossamento importante, con piccole lesioni, può essere necessario ricorrere a un prodotto cicatrizzante, con acido ialuronico», consiglia la dottoressa Belmontesi. Se il guaio è alle ascelle, usa un deodorante senza alcol e senza sali di alluminio. Per gli arrossamenti da blue jeans, oltre a eliminare subito i modelli più aderenti, puoi mettere una crema lenitiva e addolcente, con burro di karité o calendula, e indossare tra la pelle e il pantalone del leggings leggerissimi o anche la speciale biancheria snellente (così otterrai due risultati in uno!).



**Deodorante roll-on delicato con latte di cotone di Bottega Verde, senza alcol. 50 ml, 7,99 €.**

### come evitare altri problemi

«Scegli indumenti nei quali le paillettes siano attaccate a una fodera di cotone o seta, non a un tulle o a un pizzo», dice l'esperta. «Così avrai una protezione tra i "dischetti" e la cute». Non portare top laminati senza maniche, specie se hai intenzione di scatenarti nel ballo: sfregando l'interno braccia al tessuto l'arrossamento sarà sicuro.

### come evitare altri problemi

Evita di fare scrub aggressivi sulla pelle di glutei e cosce subito prima di indossare i jeans: portando via le cellule morte la pelle sarà sì più liscia, ma anche meno protetta dagli sfregamenti del tessuto ruvido. In ogni caso, il consiglio della dermatologa è di eliminare completamente dal guardaroba i modelli aderentissimi.

### che cosa puoi fare?

Ti serve subito una crema lenitiva, che contenga Omega 6 (indicati per le atopie) e magari acqua termale, che calma rapidamente le irritazioni. Elimina poi dal tuo guardaroba i tessuti di lana ruvidi, come i tweed, ed evita di usare sciarpe e scaldacollo. Se l'infiammazione è importante e continui a grattarti, rivolgiti al dermatologo per un trattamento più specifico.



**Aqualia Thermal Crème Légère idratazione dinamica di Vichy, con acqua termale e Omega 6, 40 ml, 16 €.**

### come evitare altri problemi

«La soluzione migliore consiste nel non indossare la lana a diretto contatto con la pelle», suggerisce la dottoressa Belmontesi. «Metti sotto al pullover una T-shirt di cotone (se necessario a manica lunga) e se sei freddolosa, preferisci la biancheria con lana fuori e cotone sulla cute». Anche in questo caso vale la regola del "no-scrub", per non eliminare la barriera idrolipidica. E mai lesinare sui prodotti idratanti e nutrienti.