

# DIVA

CAIRO EDITORE

E DONNA

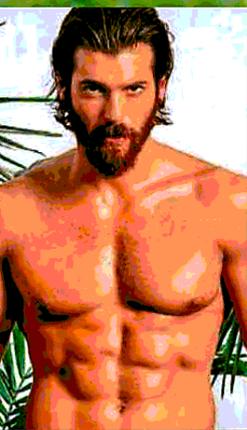
GUIDA  
SPECIALE  
AI REGALI  
DI NATALE

Settimanale femminile - anno XVII  
n. 50 - 14 dicembre 2021

## DONALD TRUMP: GLAMOROSA RIVELAZIONE



«MEGHAN VUOLE  
CANDIDARSI  
ALLA CASA BIANCA  
MA IO LO IMPEDIRO'»



**LE CONFESSIONI  
DI CAN YAMAN**  
Donne e sogni:  
la vita segreta  
del divo ora vicino a  
Francesca Chillemi



**SCAMARCIO  
E PORCAROLI**  
Benedetta  
va a vivere  
a casa di  
Riccardo:  
le foto  
del trasloco



### ARISA A LUCI ROSSE

Dopo "Ballando"  
è pronta a un film  
porno. E Rocco  
Siffredi la corteggia



MARIA DE FILIPPI FESTEggia  
COL MARITO MAURIZIO E IL FIGLIO

AMORI, FAMIGLIA  
PASSIONI: I MIEI  
60 ANNI VISSUTI  
AL MASSIMO



Occhio alla salute

# Le malattie della pelle che arrivano col freddo

Clima rigido e sbalzi di temperatura minacciano la nostra "protezione" naturale causando, o peggiorando, **patologie come geloni, dermatite atopica, cheratosi pilare e couperose**. Ecco come prevenirle e curarle

di Luisa Taliento

**F**reddo, vento, sbalzi di temperatura, bassa umidità. La stagione fredda non coincide solo con influenze e raffreddori, ma può portare con sé problematiche alla pelle, che diventa più secca e sensibile. Già solo il passaggio dal freddo della temperatura esterna a quello del caldo domestico o degli uffici può provocare un vero e proprio shock termico con conseguenti arrossamenti, screpolature, dermatiti. Ma non solo.



PAOLA TARANTINO  
Medico estetico  
e dermatologo

**SERVE IDRATAZIONE** A ds., la cantante Laura Pausini, 47 anni, celebra la giornata mondiale della neve sui social. Più a ds., Elle Fanning, 23, mostra la pelle del viso arrossata da una dermatite atopica: la diminuzione delle temperature può portare a patologie come questa, dovuta sia all'esposizione al freddo sia a cattive abitudini come la scarsa idratazione della pelle.



LAURA PAUSINI AMA LA NEVE

## Quando il termometro scende

«Una delle patologie più comuni sono sicuramente i geloni», spiega la dottoressa Paola Tarantino, medico estetico e dermatologo, «reazione cutanea causata dall'esposizione delle estremità del nostro corpo che, dopo aver subito l'impatto delle temperature fredde vengono a contatto con quelle calde. Uno sbalzo repentino che provoca una vasodilatazione violenta con una forma infiammatoria dei piccoli vasi sanguigni presenti nella pelle. Si manifesta con gonfiore localizzato, spesso ai piedi o alle mani, cambiamenti del colore della pelle (dal rosso al blu scuro), accompagnati da dolore, nonché possibile formazione di vesciche e ulcere. Può anche diventare cronico ed essere risolto con terapie antinfiammatorie specifiche. Il fenomeno di Raynaud (FDR), invece, è una patologia a predisposizione familiare dovuta a uno spasmo eccessivo dei vasi sanguigni periferici che porta a una riduzione del flusso di sangue e si caratterizza

nel classico colore violaceo della pelle delle mani e dei piedi». Nella maggior parte dei casi è primario, ovvero non associato a nessun'altra patologia. Esistono però casi in cui si presenta come un campanello d'allarme (di solito colpisce inizialmente soltanto poche dita di una sola mano, al contrario del FDR primario che colpisce tutte le dita di entrambe le mani) e può essere il sintomo di

altre patologie. Si parla in questo caso di fenomeno di Raynaud secondario. Per una diagnosi corretta bisogna rivolgersi al proprio medico e sottoporsi a esami di laboratorio e a una capillaroscopia, una tecnica non invasiva che permette di vedere la forma e la struttura dei vasi capillari che portano il sangue all'estremità. Si potrà poi decidere il percorso di cura da seguire. «La di-

## I nostri "alleati" a tavola

**I**l freddo dell'inverno, lo abbiamo visto, mina la salute della nostra pelle. Ma rafforzarla è possibile, anche a tavola. Ecco quattro preziosi "alleati" per riuscirci. **\*1. Verdure a foglia** come spinaci, cavoli, rapa, bietola. E anche il broccolo che, grazie alla forte presenza di sulforafano, potente antiossidante, aiuta le cellule a proteggersi con le radiazioni dei raggi UV. **\*2. Alimenti rossi e arancioni** che contengono il licopene, antiossidante potentissimo. Quindi: pomodori, peperoni rossi, pompelmo rosa, e papaya. Oppure il betacarotene contenuto in carote, patate dolci, zucca, mango e albicocca. **\*3. Microalghe:** la spirulina contiene l'astaxantina, antiossidante che previene i danni del sole, combatte i radicali liberi, e l'infiammazione **\*4. Tè verde e tè nero:** ricchi di polifenoli, aiutano a prevenire il cancro della pelle non-melanoma, migliorando la riparazione del Dna.

(Fonte: Paola Tarantino, paolatarantino.it)



Foto Instagram

**ELLE FANNING  
E LA DERMATITE ATOPICA**



Foto Instagram

**RENÉE ZELLWEGER  
SOFFRE DI ROSACEA**

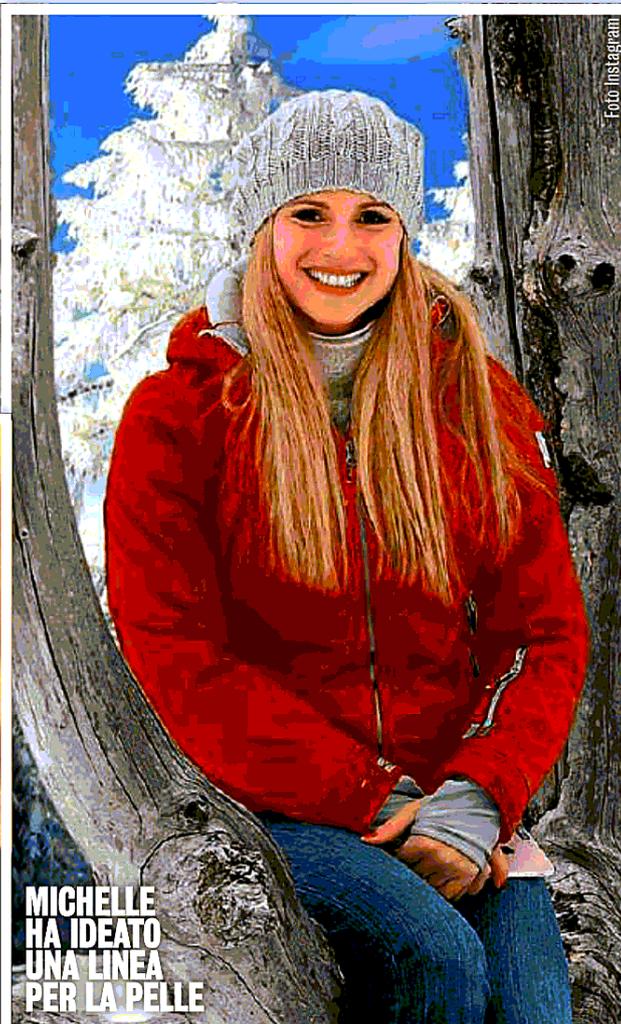
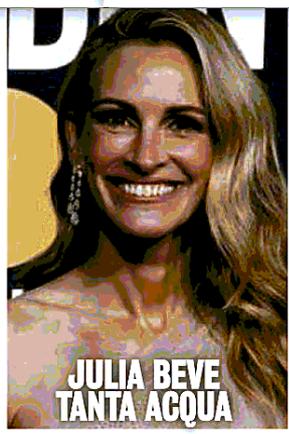


Foto Instagram

**MICHELLE  
HA IDEATO  
UNA LINEA  
PER LA PELLE**

**CIBO E CREME A ds.**, Michelle Hunziker, 44, amante della montagna, in posa seduta su un albero: la conduttrice ha creato una linea di prodotti per tutti i tipi di pelle. Sotto, Renée Zellweger, 52 anni: l'attrice diventata famosa per il ruolo di "Bridget Jones" soffre di rosacea, detta anche couperose, e la sua pelle tende ad arrossarsi, soprattutto sulle guance. In basso, Julia Roberts, 54: tra i suoi segreti di bellezza c'è il bere tanta acqua, abitudine fondamentale per mantenere la pelle idratata anche nei periodi più freddi.

minuzione delle temperature», continua la specialista», porta con sé anche altre patologie meno importanti, ma molto diffuse, come le dermatiti atopiche. Sono vere e proprie infiammazioni dovute sia all'esposizione al freddo sia a cattive abitudini domiciliari, come per esempio, la scarsa idratazione della pelle, o l'utilizzo di prodotti sbagliati». Si riconosce per la pelle rossa e secca, prurito e, nelle fasi acute, anche per gli eczemi. Possono soffrirne anche i bambini. La pelle dell'atopico può essere paragonata a quella di un muro secco. La cute perde acqua (che normalmente la compone per l'85%) e diventa esposta agli agenti esterni. Nelle fasi acute si utilizzano farmaci specifici ma, soprattutto per i più piccoli, è necessario bere molto e ammorbidire la pelle con creme emollienti ricche di acidi grassi essenziali. Un'al-



**JULIA BEVE  
TANTA ACQUA**

tra malattia simile, ma senza il prurito, è la cheratosi pilare, dovuta a un'alterazione della cheratina a livello dei bulbi piliferi. Si manifesta sulle guance e sulla superficie laterale di braccia e cosce, con piccoli foruncoli bianchi o rossi, ispessimenti e irregolarità, che assumono il classico aspetto "a grattugia".

### I rimedi anti-freddo

«Tutte le malattie della pelle secca», conclude la Tarantino, «peggiorano con il freddo. Le categorie più colpite comprendono le persone con familiarità, ma anche le donne in menopausa poiché gli sbalzi ormonali possono provocare cambiamenti nella pelle che diventa più sottile, secca, più suscettibile a fattori esterni come appunto il freddo. Tra le strategie di difesa più utili e quotidiane consiglio

l'utilizzo del filtro solare anche in inverno da applicare ogni mattina. Questa buona abitudine ci protegge dall'invecchiamento cutaneo e dall'insorgere di macchie. Molto utile può essere il peeling chimico che, attraverso l'applicazione di particolari acidi esfolianti, va a "resettare" la pelle uniformandola e rendendola più forte rispetto ai danni esterni. L'importante è che venga fatto da medici specialisti. Il laser vascolare, invece, è il rimedio ideale per la couperose. Consiste nell'emissione di raggi specifici che attraversano la cute senza danneggiarla e che vanno a colpire selettivamente i capillari provocando una chiusura del vaso». Inoltre in tempi di mascherine, indispensabili per proteggersi dal SARS-CoV bisogna ricordarsi prima di indossarle di rinfrescare la pelle con detergenti non aggressivi per non causare una doppia copertura: quella della crema e quella della mascherina, dannosa per l'ossigenazione della pelle.

©RIPRODUZIONE RISERVATA