

SETTIMANALE

€ 1,00 (IN ITALIA)

# DIPIÙ

1 GIUGNO 2015 - N. 21

CAIRO EDITORE

Realizzata  
da Vira Carbone  
di Raiuno



1  
EURO



Diretto da  
**Sandro Mayer**

## LA DIETA ALLEGRA

Per perdere  
cinque chili

Programmi TV fino al 31 maggio



### EXPO

La famosa  
Madonnina  
di Milano  
ora parla  
napoletano

Il trionfo di "Ballando con le Stelle"



### MILLY VINCE ANCORA

il grande  
premio della TV

### IL GELATO



PIACE MOLTO A CAROLINA

Quando  
fa bene  
Quando  
fa male



La Franzoni  
mi deve  
un milione  
di euro

Alla vigilia  
del grande concerto  
all'Arena di Verona

## ALBANO NON AMA NE' ROMINA NE' LA LECCISO

Si deduce dall'intervista che il cantante ha fatto con "Dipiù"



50021  
771824 034007  
9



# FARSI BENE LA BARBA MANTIENE LA PELLE GIOVANE

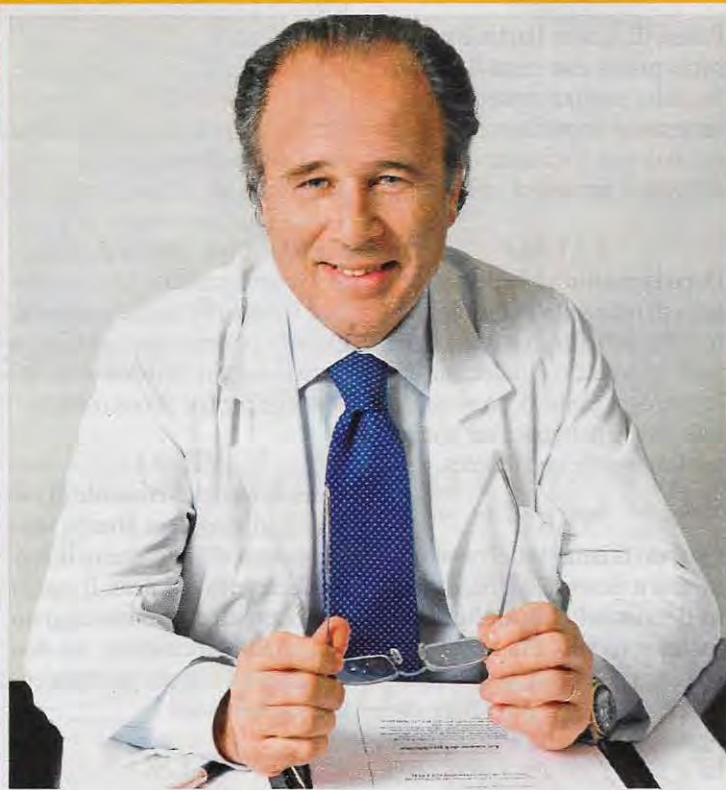
**«Eliminare il sottile strato di cellule più superficiali e non più vitali della pelle delle guance e del collo stimola la ricrescita di quelle nuove ottenendo una pelle più compatta, risanata e tonica» • «Per ottenere un effetto rigenerante bisogna preparare la rasatura applicando sul viso per due o tre minuti un panno caldo e umido per dilatare i pori»**

di Giulio Divo

Milano, maggio

**F**arsi la barba aiuta a mantenere la pelle del viso più sana, tonica e luminosa perché, ogni volta che passiamo il rasoio sulle guance e sul collo, eliminiamo anche il sottile strato di cellule della pelle più superficiali, che non sono più vitali. In questo modo stimoliamo la ricrescita di nuove cellule ottenendo una pelle più compatta e risanata. Tuttavia, perché godano appieno di questo effetto rigenerante, ai pazienti consiglio di preparare la rasatura nel modo corretto. Infatti rasature frettolose possono causare problemi alla pelle quali arrossamenti e infezioni e vanificare così l'effetto benefico».

Chi mi spiega perché farsi la barba è utile alla pelle e mi indica qual è il modo migliore di radersi è un grande dermatologo, il professor Antonino Di Pietro, presidente fondatore dell'Isplad, la società internazionale di dermatologia plastica, oncologica e rigenerativa, e attuale direttore scientifico degli Istituti Vita Cutis, ambulatori specializzati per la cura della pelle, il cui primo centro operativo è a Milano, presso la clinica Sant' Ambrogio.



**«APPLICATE UN PANNO CALDO»** *Milano. Il professor Antonino Di Pietro, presidente fondatore dell'Isplad, la società internazionale di dermatologia plastica, oncologica e rigenerativa, nel suo studio. «Prima di radersi», dice il professor Di Pietro «consiglio di preparare adeguatamente la pelle applicando sul viso, per due o tre minuti, un panno caldo e umido. Può essere preparato immergendolo nell'acqua calda, ma va strizzato: l'acqua non deve colare dal panno».*

**Professore, come consiglia di fare la rasatura perfetta?**

«Anzitutto, bisogna preparare adeguatamente la pelle applicando sul viso, per due o tre minuti, un panno caldo e umido. Può essere preparato

semplicemente immergendolo nell'acqua calda, ma va strizzato: l'acqua non deve colare dal panno».

**A che cosa serve applicare un panno caldo e umido?**

«A dilatare i pori: in questo modo si facilita la fuoriuscita del pelo e si ottiene una rasatura profonda e meno traumatica per la pelle. Il panno così applicato serve anche ad ammorbidire la cheratina, la sostanza di cui sono fatti i peli: in questo modo si facilita l'azione del rasoio».

**A proposito di rasoio: suggerisce di utilizzare quello a mano o quello elettrico?**

«Vanno bene entrambi. Molti pensano che il rasoio elettrico renda la barba più ispida quando ricresce, ma si tratta di una leggenda priva di fondamento scientifico. È invece vero che la rasatura fatta con la lama, se eseguita con cura, elimina i peli più in profondità e quindi risulta più duratura. Ma per quanto riguarda la salute della pelle non ci sono differenze».

**Passiamo all'uso della schiuma da barba: è indispensabile?**

«Sì, perché facilita lo scorrere del rasoio sulla pelle. La schiuma da barba deve essere applicata sulla pelle del viso in modo uniforme, avendo cura di non lasciare chiazze scoperte e coprendo anche la parte del collo in cui crescono i peli della barba. Questa è la zona più sensibile e, quindi, necessi-

*continua a pag. 52*



# IL VERO E IL FALSO SULLA RASATURA

*Cominciare a farsi la barba in giovane età non la fa crescere più ispida • Prima di farsi la barba bisogna pulire con cura il rasoio • Non è vero che più si taglia la barba e più velocemente ricresce*

## VERO

**Chi vuole tagliare una barba lunga deve prima accorciarla con le forbici.** L'uso diretto del rasoio, senza avere accorciato la barba, stressa troppo la pelle, che subisce una trazione eccessiva da parte del rasoio. L'uso di questo strumento è possibile quando la barba non supera i 2-3 millimetri.

## FALSO

**La barba, proteggendo la pelle dagli agenti atmosferici, protegge anche dall'invecchiamento.** La barba non mantiene la pelle giovane: questo è un vantaggio assicurato da una rasatura regolare.

## VERO

**Ci si può fare la barba tutti i giorni.** Se la pelle non dà segni di sofferenza e si ha il tempo di eseguire la rasatura in modo corretto, è possibile farla tutti i giorni.

## FALSO

**Cominciare a farsi la barba in giovane età la fa crescere più ispida.** Lo spessore del pelo non risente della rasatura: se un adolescente vuole eliminare i peli superflui, lo può fare usando il rasoio senza problemi.

## VERO

**La rasatura è indicata per chi soffre di dermatite seborroica.** L'irritazione causata da questo disturbo della pelle è più difficile da trattare se nascosta tra i peli della barba. Radersi, per questi pazienti, è molto utile per facilitare le cure a base di pomate e lozioni.

## FALSO

**Con la rasatura si possono anche eliminare i brufolotti che compaiono sulla pelle.** Eliminare in questo modo i brufolotti è un errore grave che espone la pelle del viso al rischio di infezioni fastidiose. Se compaiono brufolotti è il caso di curarli, prima, e radersi poi.

## VERO

**Alcuni pazienti soffrono di vere e proprie infiammazioni da ra-**

**satura, chiamate dermatiti.** Si tratta di irritazioni della pelle per cui essa si arrossa proprio subito dopo avere passato il rasoio. Usare panni caldi prima di radersi e lozioni a base di alukina subito dopo aiuta questi pazienti a limitare il disturbo.

## FALSO

**Le guance sono la zona con la pelle più sensibile alla rasatura.** In genere le zone che si irritano con maggiore facilità sono il collo e la parte sopra il labbro superiore.

## VERO

**Prima di fare la barba è necessario pulire con cura il rasoio.** Se, dalla rasatura precedente, sono rimaste impurità come frammenti di peli o schiuma da barba, aumenta il pericolo di infezioni.

## FALSO

**Dopo la rasatura è indicato l'utilizzo di un prodotto disinfettante sulla pelle.** Non è necessario, anzi, un prodotto disinfettante utilizzato ogni giorno dopo avere fatto la barba potrebbe, nel tempo, rendere la pelle troppo secca.

## VERO

**Quando la lametta del rasoio comincia a tirare la barba, è giunto il momento di cambiare lametta o rasoio.** Più ancora del consumo delle fascette di controllo, è importante la percezione che ognuno ha: se chi si fa la barba ha la sensazione che il rasoio non

scorra bene e tiri troppo la pelle, deve cambiare lametta o rasoio.

## FALSO

**Più si taglia la barba e più velocemente ricresce.** Non è così: la rapidità della crescita dei peli della barba non è influenzata dalla frequenza delle rasature.

## VERO

**Il rasoio a mano va sciacquato sotto acqua corrente dopo ogni passata sulla pelle.** Sciacquarlo nell'acqua stagnante del lavandino, come fanno alcuni, è meno igienico e fa aumentare il pericolo di infezioni.

## FALSO

**Chi ha i capelli ricci riesce a radersi più facilmente.** Anche i peli della barba, nei pazienti con capelli ricci, tendono a essere arricciati e dunque è più difficile individuare il verso di crescita utile a indirizzare il rasoio in maniera corretta. Quindi i pazienti con capelli ricci devono seguire scrupolosamente i consigli per una buona rasatura.

## VERO

**Il rasoio elettrico consente di radersi con maggiore libertà, senza bisogno di individuare il verso di crescita del pelo.** Il rasoio elettrico può essere maneggiato con minori precauzioni, ma non assicura una rasatura profonda come quello a mano.

## FALSO

**Il momento migliore per radersi è la sera, perché si è più rilassati e si ha più tempo a disposizione.** Il momento migliore è il mattino perché la pelle è meno tesa, più rilassata e più idratata.

## VERO

**Se non si ha tempo di eseguire spugnature calde, si può fare la barba dopo la doccia approfittando dei vapori caldi.** I vapori caldi e umidi della doccia assicurano una buona rasatura, per coloro che non hanno il tempo di sottoporsi alla spugnatura calda.

*continua da pag. 51*

ta di particolare attenzione. La schiuma può essere usata con parsimonia: un velo uniforme di un paio di millimetri è sufficiente. Del resto la sola schiuma che agisce è quella a contatto con la pelle e che avvolge il pelo, quindi metterne di più non serve. Piuttosto suggerisco di attendere un minuto, terminata l'applicazione della schiuma, prima di iniziare la rasatura. In questo modo le sostanze emollienti contenute nella schiuma hanno il tempo di agire e di assicurare la giusta protezione della pelle».

**Che cosa consiglia a chi si accorge proprio all'ultimo momento di non avere abbastanza schiuma?**

«Gli suggerisco di applicare sulla pelle un po' di acqua saponata. In questo caso davvero ne basta un velo e serve solo a facilitare lo scorrimento del rasoio: se i pazienti sono costretti a usare il sapone, consiglio di iniziare subito la rasatura. Infatti nel sapone comune non ci sono sostanze emollienti che hanno bisogno di tempo per agire. Al contrario, aspettare potrebbe fare seccare troppo la pelle e facilitare la comparsa di irritazioni».

**Quante passate di rasoio suggerisce per fare la barba in modo corretto?**

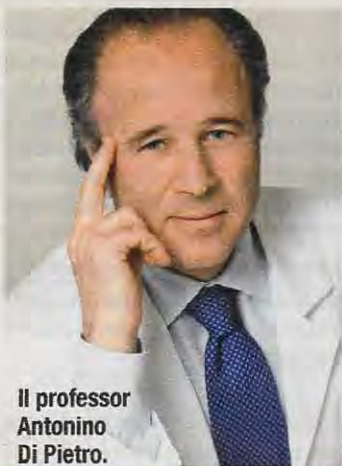
«Due. La prima seguendo il verso di crescita del pelo e la seconda in contropelo. In questo modo le probabilità che i peli ricrescano intrappolati sottopelle, causando la comparsa di piccoli brufoli, diminuiscono sensibilmente».

**Quando si fa il contropelo, consiglia di procedere di nuovo all'applicazione della schiuma da barba?**

«Sì, è meglio applicare nuovamente la schiuma, anche se il quantitativo può essere ancora minore rispetto a quello già messo in occasione della prima passata».

**Al termine della rasatura che cosa raccomanda?**

*continua a pag. 54*



Il professor Antonino Di Pietro.



*continua da pag. 52*

«Un abbondante risciacquo, senza usare saponi e detergenti, è indispensabile. Molte persone commettono l'errore di asciugarsi soltanto con una salvietta, dopo la rasatura. È una abitudine sbagliata perché ogni residuo di schiuma si deve eliminare accuratamente. Dopo il risciacquo e l'asciugatura, fatta tamponando la pelle senza sfregarla con l'asciugamano, suggerisco l'utilizzo di prodotti rigeneranti e idratanti».

### **Quali?**

«Quelli che contengono fospidin, un composto di sostanze derivate dalla soia chiamate fosfolipidi e di glucosamina, che si estrae dal guscio dei crostacei. Insieme, aiutano a rinforzare la pelle dopo la rasatura e a mantenerla più elastica e idratata. Altre pomate sono poi utili per coloro che, dopo la ra-

satura, hanno la pelle particolarmente arrossata».

### **Quali pomate?**

«Quelle a base di alukina, un composto di origine naturale che unisce le virtù disinfettanti dell'allume di rocca, quelle antinfiammatorie dell'acido glicirretico e le proprietà antiossidanti della vitamina A. Usate regolarmente, aiutano a limitare e, addirittura, a prevenire gli arrossamenti da rasatura».

### **Che cosa consiglia di fare in caso di piccoli tagli?**

«Dopo la pulizia, suggerisco di applicare sulla ferita il nitrato di argento. È un composto minerale con proprietà cicatrizzanti e serve a fermare il sanguinamento. Si trova facilmente in farmacia sotto forma di vere e proprie matite che vanno bagnate sulla punta e poi applicate sulla piccola ferita».

*Giulio Divo*