

Salute Smagliature e macchie cutanee sono due degli inestetismi che colpiscono la

MAMME IN DOLCE ATTESA: PIÙ BELLE, MA DEVONO

Prima del parto e durante l'allattamento l'epidermide è più sensibile agli agenti

Simona Cortopassi

Milano - Maggio

Sebbene la maternità non sia certo una malattia, gli sbalzi ormonali e i cambiamenti fisici - il più evidente dei quali è l'aumento di massa corporea - richiedono alcuni tipi di accorgimenti. In questa fase, così come poi in quella dell'allattamento, particolare attenzione va data alla cura della pelle, e non solo per una questione estetica. L'ideale è rivolgersi a un esperto. Noi ne parliamo con il professor **Leonardo Celleno**, dermatologo e presidente di **Aideco** (Associazione Italiana Dermatologia e Cosmetologia).

L'attesa del bebè rende luminose

Che le donne, durante la gravidanza, siano più belle non è una leggenda popolare, ma è confermato dagli studi di fisiologia. Il merito è della componente ormonale, che causa un cambiamento nella consistenza generale dei tessuti, i quali a loro volta, trattenendo al loro interno più liquidi e richiamando un mag-



giore quantitativo di nutrienti cellulari, tendono a diventare più morbidi ed elastici. «La pelle, però, è più esposta e sensibile agli agenti esterni, come

lo smog o le radiazioni solari, e possono comparire alcune alterazioni cutanee. Tra i più frequenti inestetismi ci sono le striae distensae o gravidiche

(le cosiddette smagliature), le iperpigmentazioni, le alterazioni di unghie, capelli e del microcircolo», spiega Celleno. Le smagliature compaiono

Medicina estetica La dottoressa Dvora Ancona risponde alle vostre domande e regala consigli di bellezza



di Dvora Ancona

Il trattamento per rimpolpare il viso senza stravolgere i lineamenti

Il mio viso si è svuotato, ha perso di volume e l'aspetto del mio volto è invecchiato di dieci anni. Come posso fare? Esiste qualche crema o trattamento specifico? Grazie.

Lucia (Reggio Calabria)

Cara Lucia, ti consiglio di ricorrere al trattamento Sculptra che, senza modificare i lineamenti, restituisce spessore e luminosità al viso stimolando la natu-

rale produzione di collagene, creando volume e sostegno ai tessuti "molliti" del volto attraverso microiniezioni di una sostanza a base di acido polilattico, biocompatibile, bio-

riassorbibile e biodegradabile. Il piano terapeutico prevede da 1 a 4 sedute e una di mantenimento all'anno, ma molto dipende dalla situazione del paziente. In aggiunta ti con-

siglio una maschera viso rimpolpante, che reintegri l'acqua e i nutrienti di cui la pelle ha bisogno, per restituirle elasticità e morbidezza e per cancellare le piccole rughe del viso.

76 VERO

vero@edizionivero.it

maggior parte delle donne in gravidanza

AVERE CURA DELLA PELLE

esterni come smog o radiazioni solari

nel 90 per cento delle future mamme dopo il primo trimestre di gravidanza. Inizialmente appaiono come vere e proprie linee rosso-violacee. Le cause sono complesse e includono fattori fisici (la capacità elastica della pelle), ormonali e genetici (ereditarietà e predisposizione). «I trattamenti cosmetologici sono numerosi. Il rimedio "della nonna" maggiormente conosciuto è l'utilizzo di olio di mandorle dolci, ricco di acido oleico e linoleico dalle proprietà emollienti e nutrienti. La sua costante applicazione è in grado di migliorare l'elasticità cutanea. Recentemente l'attenzione è rivolta all'attività topica di prodotti (creme, oli) contenenti estratto di centella asiatica, vitamina E, collagene ed elastina nella loro forma idrolizzata. Post partum è possibile effettuare trattamenti medici più intensivi, con utilizzo topico e talvolta sistemico di vitamina A oppure trattamenti laser e luce pulsata, sempre sotto stretto controllo e indicazione medica», prosegue il professore.

Macchie cutanee: meglio prevenire

Le macchie cutanee compaiono più facilmente su carnagioni olivastre e tendenzialmente scure. Particolare attenzione deve essere posta anche alle cicatrici e ai nei preesistenti, che possono scurirsi e aumentare la propria superficie, specialmente se localizzati nella zona addominale, da tenere sotto controllo con il proprio dermatologo.

«Sicuramente è più semplice prevenire una macchia piut-

tosto che eliminarla. L'uso di creme solari con filtri Uva e Uvb è d'obbligo non solo in estate. Insieme a questi prodotti è consigliabile utilizzare creme, oli, sieri, ecc. contenenti vitamina C, da sempre nota per la propria attività antiossidante, coadiuvante del microcircolo ma anche a vocazione depigmentante».

Anche i capelli cambiano

Se in gravidanza i capelli sono più corposi e luminosi, dopo il parto e durante l'allattamento entrano in una prolungata fase di riposo che determina una temporanea condizione stazionaria, che può terminare con una massiva ma fisiologica caduta, denominata *telogen effluvium*. Per aiutare il ciclo del capello è opportuno, oltre a un'alimentazione equilibrata, un corretto trattamento cosmetico. «Con prodotti specifici (shampoo, fiale, maschere) si può coadiuvare il sostegno alla struttura pilo-sebacea. Tra i più utilizzati c'è la biotina, nota come vitamina H, l'estratto di *serenoa repens* e il lievito di birra», suggerisce il dermatologo. Ultimo consiglio: qualsiasi prodotto scegliate è sempre opportuno verificare gli ingredienti in etichetta, verificando sicurezza e tollerabilità con maggiore cura. «Prima dell'uso è sempre consigliabile consultare il proprio medico, che si tratti di dermatologo, ginecologo o pediatra», ricorda infine il professor [Leonardo Celleno](#). Per vivere la gravidanza e la fase di allattamento belle e in salute. 

Smagliature e macchie cutanee sono dei fastidiosi che colpiscono le

MAMME IN DOLCE ATTESA: PIÙ BELLE, MA DEVONO

Prima del parto e durante l'allattamento l'epidermide è più sensibile agli agenti

Smagliature e macchie cutanee

Sebbene le smagliature e le macchie cutanee siano dei fastidiosi che colpiscono le mamme in dolce attesa e durante l'allattamento, non vanno sottovalutate. In gravidanza e durante l'allattamento l'epidermide è più sensibile agli agenti esterni come smog o radiazioni solari. Per prevenire e trattare queste problematiche è importante rivolgersi a un dermatologo specialista in dermatologia per la gravidanza e l'allattamento.

L'azione del Sole

Chi si espone troppo a lungo al sole senza protezione solare si espone a un aumento del rischio di smagliature e macchie cutanee. È importante utilizzare creme solari con filtri Uva e Uvb e con un alto fattore di protezione (SPF).

Alimentazione equilibrata

Una dieta sana e bilanciata, ricca in vitamine e minerali, è fondamentale per mantenere la pelle sana e prevenire le smagliature e le macchie cutanee. È importante assumere vitamine A, C, E e biotina.

Trattamenti cosmetici

Per trattare le smagliature e le macchie cutanee è importante utilizzare prodotti cosmetici specifici, come creme, oli, sieri e maschere, che contengono ingredienti attivi e nutrienti.

Consultare il medico

Se le smagliature e le macchie cutanee persistono o peggiorano, è importante consultare il proprio medico, che si tratti di dermatologo, ginecologo o pediatra.

Prevenire è meglio

Per prevenire le smagliature e le macchie cutanee è importante seguire alcune semplici regole, come utilizzare creme solari, mantenere una dieta sana e bilanciata e utilizzare prodotti cosmetici specifici.

VERO

VERO è un marchio registrato di Vero Cosmetics. Vero Cosmetics è un'azienda leader nel settore della cosmesi per la gravidanza e l'allattamento. Vero Cosmetics è impegnata a fornire prodotti di alta qualità e sicuri per le mamme in dolce attesa e durante l'allattamento.

VERO

VERO è un marchio registrato di Vero Cosmetics. Vero Cosmetics è un'azienda leader nel settore della cosmesi per la gravidanza e l'allattamento. Vero Cosmetics è impegnata a fornire prodotti di alta qualità e sicuri per le mamme in dolce attesa e durante l'allattamento.