

COUPEROSE

10 cose da sapere sulla couperose



Di Angela Bisceglia

✉ SCRIVI ALLA REDAZIONE



04 Maggio 2018

È un inestetismo caratterizzato da un eccesso di capillari superficiali in alcune zone del viso, come ai lati del naso e sulle guance. Alla base c'è una predisposizione genetica, ma alcuni fattori possono accentuarla. Ecco tutti i consigli di Leonardo Celleno, dermatologo dell'Università Cattolica di Roma e presidente di Aideco (Associazione Italiana di Dermatologia e Cosmetologia)



1. Che cos'è la couperose

Per couperose si intende un inestetismo del volto caratterizzato da una soffusa punteggiatura rosa o rossa ai lati del naso, sulle gote, sugli zigomi, che formano una 'coppa rossa', come dice lo stesso nome francese 'couperose'

2. Da che cosa è causata la couperose

Da un eccesso di capillari superficiali, che, nelle persone con pelle chiara, traspaiono più facilmente nella zona sottocutanea. Non per niente si riscontra con maggiore frequenza nelle popolazioni dei paesi nordici, che hanno generalmente un fototipo più chiaro

3. Quali fattori possono peggiorarla



10 scarpe che vorrete assolutamente avere

SERVIZI

- * **Nomi per bambini**
- * **Calcolo ovulazione**
- * Calcolo settimane gravidanza
- * Calcolo lunghezza feto
- * Calcolo DPP - Data presunta parto
- * Calcolo percentili
- * Calcolo BMI - Indice di massa corporea
- * Calcola quanto sarà alto da adulto
- * Calcola altezza in base ai genitori
- * Hotel per bambini

PIÙ LETTI



24 Aprile 2018
Come togliere il pannolino in tre giorni



02 Maggio 2018
Test di gravidanza positivo: 10 cose da fare subito



04 Maggio 2018
Preeclampsia (o gestosi): sintomi, cause, cure e come prevenirla

Oltre alla predisposizione genetica di chi ha pelle chiara e sensibile, entrano in gioco altri fattori, come la familiarità e gli sbalzi di temperatura, che provocano uno sfianamento delle pareti dei capillari. Non è vero invece che la couperose sottintende un [problema circolatorio](#): nelle persone con couperose ad essere alterato è solo il microcircolo superficiale

4. I periodi a rischio

Nelle donne predisposte a couperose, un periodo di rischio è la [gravidanza](#), perché vi è un aumento degli ormoni femminili estrogeni, che rallentano il microcircolo; per lo stesso motivo, anche un uso prolungato della [pillola anticoncezionale](#) può peggiorare la couperose

5. Come prevenirla

La regola principale è evitare gli sbalzi di temperatura, sia quando ci si lava il viso con l'acqua sia quando si passa bruscamente da un ambiente all'altro, perché provocano improvvise vasocostrizioni e vasodilatazioni molto nocive per i capillari

6. Quali cosmetici usare

Chi soffre di couperose dovrebbe usare [cosmetici](#) specifici con principi attivi capillaroprotettori, ad esempio estratti vegetali di mirtillo e frutti rossi, liquirizia, vitamina C; spesso nelle formulazioni sono contenute anche sostanze lievemente sbiancanti, come l'ossido di zinco, che contribuiscono a mimetizzare l'inetetismo. Importante anche la detersione, che deve essere fatta con un latte o un olio detergente da applicare delicatamente senza strofinare la pelle

7. Il trucco per nascondere la couperose

Esiste una particolare tecnica di trucco chiamata [camouflage](#), che, utilizzando le tecniche del colore, 'annulla' per effetto ottico il rosso delle chiazze. Per la couperose, in particolare, si ricorre a correttori nelle tonalità del verde, che è il colore complementare del rosso

8. Al sole sì, ma con moderazione

Il sole non fa bene a chi soffre di couperose, soprattutto perché all'effetto aggressivo dei raggi UV si accompagna il caldo, che provoca vasodilatazione. Per questo è bene esporsi nelle ore più fresche della giornata e sempre con fotoprotezioni adeguate, ancor meglio se specifiche per pelli con couperose.

LEGGI ANCHE: [12 consigli per una corretta esposizione al sole](#)

9. Gli alimenti amici o nemici della couperose

Sì a frutta e verdura colorate, ricche di antiossidanti diversi a seconda del colore del vegetale, che rinforzano le pareti dei vasi sanguigni. No all'eccesso calorico in generale, perché rende difficile la digestione e affatica la circolazione. No anche al consumo eccessivo di [sale](#) e di alcolici. E no al fumo, dannosissimo per la circolazione.

10. Un aiuto dagli integratori

ossono essere utili prodotti cosiddetti nutraceutici per bocca a base di flavonoidi - come mirtillo, Ginko biloba, ruscofenina, Vitis vinifera, Vitamine PP - preziosi antiossidanti che proteggono le cellule che formano il capillare (endotelio) e il tessuto che circonda il capillare stesso

Quando il rossore del volto è più esteso ed accentuato, potrebbe segnalare la presenza della cosiddetta rosacea, che è una patologia infiammatoria della pelle caratterizzata da 'flash' improvvisi, che possono comparire in seguito ad emozioni, cattiva digestione o anche senza causa apparente. L'arrossamento può interessare tutto il volto, compreso il naso, e si può accompagnare a piccoli rigonfiamenti più rossi e dolenti, tanto da confondersi con l'acne (motivo per cui viene chiamata anche acne rosacea).

Le cause della rosacea sono complesse e possono includere predisposizione genetica, problematiche gastriche (compresa la presenza di del batterio HelicobacterPylori), l'assunzione di certi cibi o di bevande alcoliche, influssi neuropsicologici, farmaci, fino alla presenza di un parassita della pelle chiamato Demodex, che vive dentro i follicoli piliferi.

Per curare la rosacea si ricorre a pomate antibiotiche o antinfiammatorie e a cure sistemiche che sarà il dermatologo a prescrivere.

TI POTREBBE INTERESSARE

- [1 Brufoli in età adulta: come costrastarli](#)
- [2 7 consigli per preparare la pelle prima di esporsi al sole](#)
- [3 12 consigli per una corretta esposizione al sole](#)
- [4 Come fare un trucco base per il viso](#)

TAG

[Famiglia](#), [Moda E Bellezza](#), [Couperose](#), [Pelle](#), [Inestetismi](#), [Rossore](#), [Arrossamento](#), [Bellezza](#), [Viso](#), [Volto](#), [Capillari](#)



Cristiano Ronaldo: è nata la sua quarta figlia



Giochi per feste di compleanno



6 cose che potrebbero uccidere un matrimonio

