

FOCUS
ON:

27 SETTEMBRE 2023 • VISO E CORPO • BELLEZZA E BODY POSITIVITY

Brufoli sul mento e intorno alla bocca: come leggere i “messaggi” della pelle

A scatenarli possono essere ormoni, stress, dieta squilibrata e non solo. I brufoli sul mento sono una sentinella sulla pelle di molte donne. Come quasi tutte le imperfezioni, da saper interpretare come piccole richieste d'aiuto dell'epidermide. I consigli di un'esperta

di ELEONORA GIONCHI



Dimmi dove ti spunta un brufolo e ti dirò che problema hai. Dietro ad ogni imperfezione c'è una spiegazione, anzi, **uno o più stati infiammatori** che toccano la pelle. Tra i più diffusi e frequenti ci i **brufoli sul mento e intorno alla zona labiale**, che compaiono anche alle donne adulte, indipendentemente che si soffra di acne o meno. **Le cause?** Sbalzi ormonali, disordini alimentari, stress. E non solo.

LEGGI ANCHE

› [Cerotti anti brufoli: la soluzione express contro le imperfezioni](#)

Brufoli sul mento, una zona del viso molto sensibile

I brufoli sul mento e attorno alle labbra sono un fenomeno tendenzialmente legato agli ormoni.

«La prevalenza, soprattutto in alcune fasi del mese, degli effetti degli **ormoni androgeni** può portare a una maggiore produzione sebacea sulla zona e all'innescio del processo infiammatorio tipico dell'acne» spiega la **dottorssa Carolina Bussoletti, dermatologa AIDECO Consulente Rilastil.**

Ormoni ma non solo: come spiega l'esperta, un'altra **causa spesso sottovalutata della comparsa dei brufoli sul mento è il continuo toccarsi la pelle.**

Grattarsi, appoggiare sul mento le mani o i vestiti, soprattutto in inverno tra le sciarpe e il collo alto dei maglioni, porta a un accumulo di impurità e batteri che peggiorano la situazione.

Instagram/@ashleybenison

LEGGI ANCHE

› **Acne ormonale, una condizione non solo giovanile. Come riconoscerla e trattarla, a tutte le età**

«**I brufoli sul mento non devono essere confusi con la dermatite periorale**, che si presenta sulla stessa zona, caratterizzata invece da rossore e bruciore, oltre a essere particolarmente resistente alle terapie. Anche questo tipo di dermatite si riscontra nelle giovani donne ma non presenta i comedoni, ovvero i punti bianchi e neri caratteristici dell'acne».

La skincare anti pori dilatati

GUARDA LE FOTO

LEGGI ANCHE

› [Dermatite da stress: come riconoscerla e curarla](#)

Se il mento è la zona più soggetta a brufoli

Non c'è età per i brufoli sul mento. Sbalzi ormonali, momenti di forte stress, mancanza di sonno e dieta squilibrata sono le cause principali.

Brufoli: le soluzioni mirate per liberarsene

GUARDA LE FOTO

LEGGI ANCHE

› [Dentifricio sui brufoli: verità o leggenda? Parola all'esperto](#)

Come prendersene cura, quindi? «Nei casi più lievi è sufficiente utilizzare **prodotti ad hoc che contengono attivi antiseborroici** come **niacinamide e azeloglicina**, cheratolitici come l'acido salicilico e quello mandelico, antinfiammatori come il dipotassio glicirrinato, la vitamina E e gli antimicrobici come l'oligopeptide-10 e la clorexidina digluconato».

**Acne da adulti, i prodotti per una
corretta skincare
GUARDA LE FOTO**

Da non sottovalutare anche l'utilizzo di **prebiotici e post biotici per proteggere il microbiota cutaneo**, cioè l'insieme dei microrganismi normalmente presenti sulla pelle sana che, in condizioni patologiche come l'acne, può essere sensibilmente alterato». Curare la dieta, curare il riposo, la giusta detersione, vien da sé. **Anche lo stress è un potente fattore comedogenico**: forse, quel brufolo, sta dicendo di rallentare.

LEGGI ANCHE

› **Microbioma: tutto quello che c'è da sapere sulla nuova frontiera della cosmesi**

Un aiuto nei peeling

Accanto a mousse e detergenti che contengono ingredienti esfolianti, sebo-regolatori e ingredienti antimicrobici e lenitivi, sono di grande aiuto anche i peeling: «I più adatti sono quelli **dall'effetto esfoliante a base di acidi mandelico e salicilico e quelli sebo-regolatori che svolgono un'azione purificante e riequilibrante** in maniera delicata e fai da te». Anche in questo caso, con moderazione.

**Cambiare pelle con gli acidi
esfolianti**

GUARDA LE FOTO

LEGGI ANCHE

› [Peeling chimici ed enzimatici: le differenze e come usarli in estate](#)

Se già si assumono terapie anti acne

Alcuni cosmetici possono affare eventuali le terapie farmacologiche per attenuare i fastidiosi effetti collaterali: «**Molti farmaci anti-acne, infatti, provocano secchezza, rossore e bruciore della pelle, perciò è importante associare un prodotto locale ad azione lenitiva, idratante ed emolliente come quelli a base di squalano per riequilibrare il microbiota cutaneo**».

**Pelle grassa, mista e acneica: i
prodotti che aiutano**

GUARDA LE FOTO

LEGGI ANCHE

› [Acne in età adulta: come curarla secondo i dermatologi e i prodotti giusti](#)

LEGGI ANCHE

› [Acne da adulte: cinque miti da sfatare secondo la dermatologa](#)

Come attenuare eventuali cicatrici

Purtroppo i brufoli possono lasciare il segno. Anche se le pustole sono state curate, sulla pelle possono restare macchie e cicatrici: «**Anche in forme non particolarmente gravi l'acne può lasciare delle cicatrici.** Le più comuni sono quelle **ipotrofiche**, cioè quelle “affossate”, le più difficili da curare; le cicatrici **ipertrofiche**, invece, sono quelle rilevate sul piano cutaneo. **A queste si possono aggiungere anche macchie eritematose o pigmentate**» spiega l'esperta.



LEGGI ANCHE

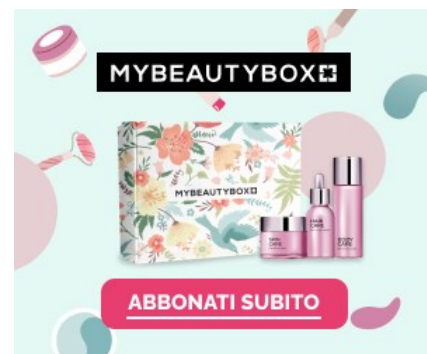
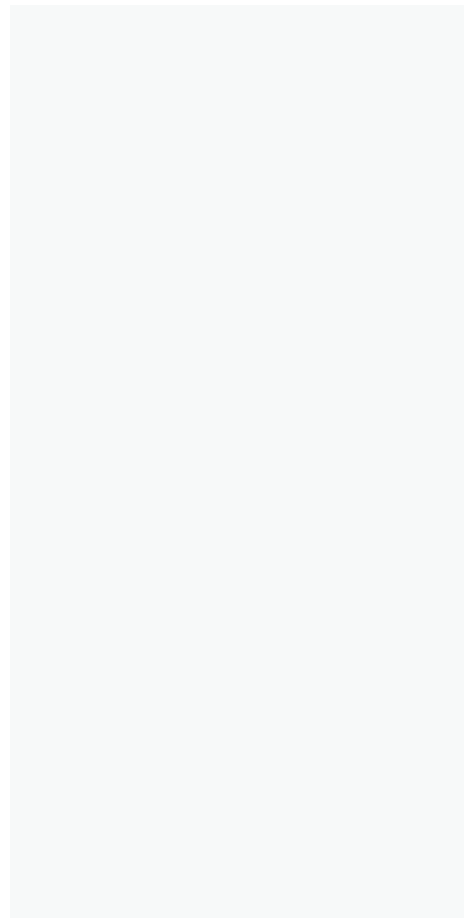
› [Cicatrici da acne: come attenuarle e nasconderle con skincare e make up correttivo](#)

Come comportarsi quindi? A cicatrice già comparsa, **si deve adattare la propria routine quotidiana basata sugli acidi della frutta**, contenuti al 12%. In alternativa, trattamenti molto adatti sono la **luce pulsata**, l'ampio spettro dei fasci di luce e delle lunghezze d'onda, colpisce direttamente la cicatrice

attenuandola, oppure la **radiofrequenza** il cui calore, penetrando in profondità nella pelle, stimola la produzione di collagene ricompattandola.

iO Donna ©RIPRODUZIONE RISERVATA

ACNE	BRUFOLI	PEELING VISO	PULIZIA VISO
------	---------	--------------	--------------



stai per leggere ▾