

# NON FATE I POLLI

*Se un'occhiata a braccia, gambe e glutei evoca l'aspetto del pennuto, è bene correre ai ripari. O, meglio ancora, alle terme. Per poi alternare soin che dissetano a ricette che, di acido, hanno solo il nome*

Di Rachele Briglia

COME il meno gradito degli ospiti, anche la cheratosi pilare sa rendersi indigesta. Il nome per cominciare. Se quello medicale - un'altra variante è ipercheratosi follicolare - suona allarmante, quello gergale non brilla per eleganza: pelle di pollo. Sì, è questo l'appellativo che tocca in sorte alla cute che, a tratti, presenta rilievi ispidi. «Uomini e donne ne sono interessati in egual misura e più di frequente di quanto si pensi», avverte il professor Leonardo Celleno, presidente Aideco (Associazione italiana dermatologia e cosmetologia). L'esperto tira le somme: «Il 40 per cento ne è vittima; addirittura l'80 se si parla di bambini e adolescenti». Nulla per cui allarmarsi: «Nella stragrande maggioranza dei casi si tratta di una condizione ereditaria destinata ad attenuarsi spontaneamente». A monte, un accumulo di cheratina a ridosso del bulbo pilifero: i tessuti, in pratica, si stratificano e danno forma a piccoli foruncoli di colore bianco o rosso. «La struttura è quella di un vulcano, con il follicolo al posto del cratere», chiarisce il dermatologo. Che, tuttavia, consiglia una visita specialistica «nel caso in cui, alla "grattugia", si accompagnino anche rossori, intenso prurito, desquamazione». Il problema in ogni caso è pungente.



SCOPRIRE  
LE GAMBE?  
OTTIMA IDEA.  
LE MITI  
TEMPERATURE  
PRIMAVERILI  
AIUTANO  
A "CURARE" LA  
CHICKEN SKIN.

INCORPORA  
SEMI E NOCCIOLI  
SMINUZZATI  
THE RITUAL  
OF HAMMAM  
BODY SCRUB BAR,  
ESFOLIANTE  
SOLIDO DI  
RITUALS (100 GR,  
EURO 12,90).



## SENZA STRAPPI

Sede d'elezione della cheratosi pilare sono cosce, glutei e braccia. «Punti in cui la pelle è più spessa e ruvida», osserva Celleno. Che si sofferma sui gesti da evitare: «In sintesi, qualunque azione possa irritare la cute». Su tutte, l'epilazione con cera a caldo: il calore rafforza i legami cheratini che ostruiscono i follicoli piliferi e lo strappo infiamma. No anche al dry brushing: «Per quanto delicata, la spazzolatura su pelle asciutta può accentuare gli arrossamenti e inasprire l'irritazione».

# DÉSHABILLÉ

Il tempo gioca a favore: con il passare degli anni, la cheratosi pilare tende a ridimensionarsi fino al punto di sparire. Lo stesso avviene nei mesi più temperati dell'anno, quando la pelle, scoperta, è maggiormente esposta al sole. «L'acqua termale, sulfurea, nello specifico, è un alleato ulteriore», aggiunge Celleno, «perché ammorbidisce i tessuti e ne semplifica la detersione». Capitolo, quest'ultimo, che la cosmetologa Maria Pia Priore, founder di Skin First, ritiene essenziale: «L'acqua calda tende a sciogliere gli oli naturalmente presenti a fior di pelle, alterando il film idrolipidico e accentuando la granulosità cutanea. Meglio mitigarne la temperatura e preferire formule lavanti per pelli aride o sensibili, particolarmente ricche in lipidi».

DA SINISTRA. IL KIT CORPO DI SOMATOLINE AFFIANCA SIERO PEELING E CREMA RIEQUILIBRANTE (EURO 53). RÉPARATION BURRO SOUFLÉ CORPO DI YVES ROCHER CONTIENE KARITÉ BIO (250 ML, EURO 24,95). PROXERA DOCCIA CREMA DI BIONIKE DETERGE E ATTENUA LE INFIAMMAZIONI (300 ML, EURO 18). PER SCREPOLATURE: SA DETERGENTE LEVIGANTE CERAVE (236 ML, EURO 13,50). È UN BURRO: LAIT CORPOREL DI BIODERM (200 ML, EURO 32). STOP AL PRURITO CON XERACALM CREMA RELIPIDANTE AVÈNE (400 ML, EURO 32). RILASTIL XEROLACT PB RIPRISTINA IL MICROBIOTA CUTANEO (400 ML, EURO 28,90).

# MENO RUVIDE

Stimolare la rigenerazione della cute permette di uniformarne la grana, attenuando l'effetto grattugia. Tra gli escamotage da adottare, Priore annovera esfoliazioni regolari: «Gli acidi mandelico, lattico e salicilico sono ideali: delicati, levigano la texture cutanea senza irritarla». Altrettanto validi i gommage di tipo meccanico, purché su pelle inumidita. Capitolo a parte spetta ai retinoidi. «Derivati della vitamina A, abbinano qualità anti-age a doti esfolianti», spiega Celleno. I loro plus? Contribuiscono al rinnovamento cellulare, attenuano la visibilità delle rughe, sollecitano la produzione di fibre elastiche, riequilibrano il pH cutaneo.



*Inclinazioni Affiorano con difficoltà e, quando lo fanno, prendono una brutta piega (ricurva, ricorda una spirale). Parliamo dei peli nelle aree del corpo soggette a cheratosi. Colpa dei puntini, che ne alterano ritmo e direzione di crescita*

## MORBIDE BARRIERE

La cheratosi pilare si accompagna a secchezza e ruvidità. «Da qui l'importanza di mantenere i tessuti sempre perfettamente idratati», puntualizza Priore. «Consiglio soin effetto barriera, che (ri)stabiliscano e preservino l'integrità dello strato corneo superficiale». Tra gli ingredienti-vedette, l'esperta annovera acido ialuronico e glicerina, ceramidi e glicole-propilenico e acidi grassi essenziali, questi ultimi dotati di virtù nutrienti preziose al fine di ricostituire la barriera lipidica. «Un autentico must, infine, è l'urea. «Ha doti idratanti, ma anche cheratolitiche», subentra Celleno. «In pratica, disgrega le cellule cheratiniche responsabili dell'ostruzione dei follicoli piliferi e incoraggia il ripristino del fisiologico turnover tissutale».

## CHE TEXTURE

La chicken skin non ama le vie di mezzo. «Poiché la cheratosi pilare si accompagna a un'estrema aridità, i cosmetici che la tengono a bada devono avere una consistenza sontuosa», spiega Priore. «No a lozioni e gel, quindi, e spazio a creme o latte». L'aiuto extra? Un protocollo da cabina in due step: il primo per liberare i pori ostruiti, il secondo per ridurre gli ispessimenti e "livellare" i puntini. Firmato Miami, sposa una fase esfoliante (affidata ad Alpha Blend 13% Exfoliating Body Gauze) alla successiva applicazione di un soin lenitivo (Ultra Repair Cream), efficace nel contrastare i rossori e ripristinare il livello di idratazione ottimale.

©RIPRODUZIONE RISERVATA

AMICA