

IL FEMMINILE DEL **CORRIERE DELLA SERA** ©

**iO**  
DONNA

**SPECIALE  
ACCESSORI**

I più belli  
già in negozio  
o in arrivo

**Start up  
di coppia**  
Quando  
si mescolano  
affetti e affari

**Bellezza**  
Creme, occhiali,  
acque per chi  
resta in città

**Adozioni**  
Tutte le  
possibilità  
per i single

**Nuovo**

Il podcast  
di iO Donna  
Come scaricare  
e seguire il nostro  
corso di benessere  
quotidiano

Alessandra  
Mastronardi

“Si realizza  
il mio sogno.  
Sarò la  
madrina  
di Venezia”

# Mani belle e giovani: dall'igiene all'idratazione al trattamento anti-age, i consigli della dermatologa

Le mani risentono dei primi freddi, ma anche degli effetti dei gel igienizzanti che tendono a seccarle. Per prevenire irritazioni e dermatiti occorrono detergenti delicati, creme idratanti e maschere specifiche. E l'autunno è anche la stagione giusta per trattamenti che eliminano macchie e segni

di ANTONELLA ROSSI



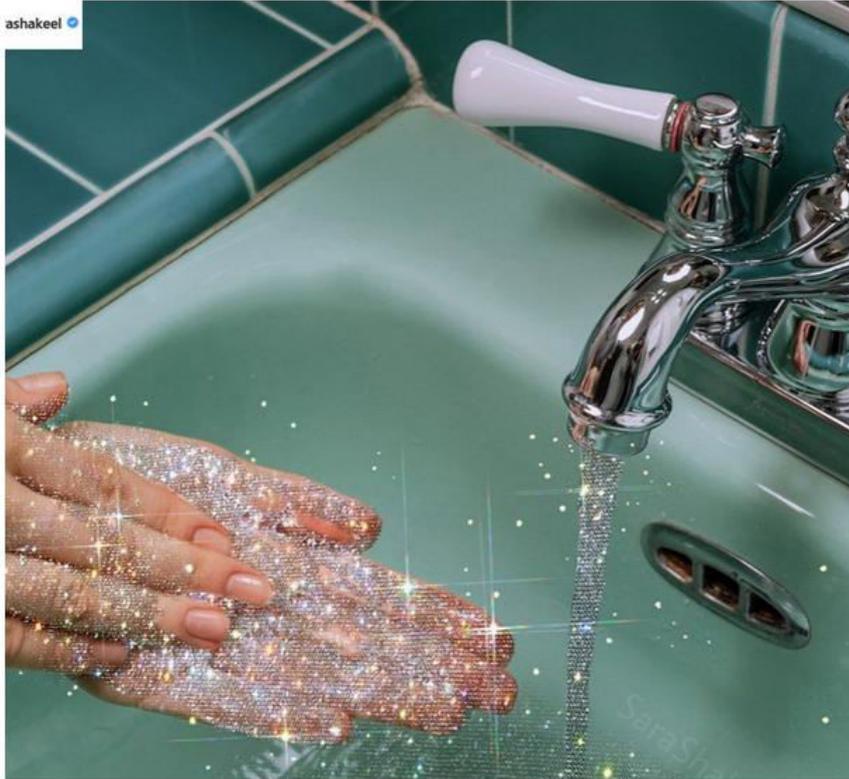
**D**a sempre in primo piano, **le mani** raccontano più di quanto si possa immaginare di una persona. E mai come negli ultimi mesi sono state al centro dell'attenzione, **igienizzate a ogni contatto**, un gesto ormai quasi meccanico che ora, con l'arrivo della stagione fredda, **le espone a rischi ulteriori**.



## Mani secche: colpa di gel igienizzanti e detersioni continue

«Avere delle belle mani non è affatto semplice, perché sono esposte a tutto, soprattutto in questo periodo a **causa dell'igienizzazione continua con prodotti a base alcolica**», **spiega la dottoressa Mariuccia Bucci, dermatologa a Milano**. «**La prima conseguenza è la secchezza**, le mani si screpolano e tendono a rovinarsi».

Nei casi peggiori «**si può incorrere in vere e proprie dermatiti**, sia per via delle sostanze contenute nei gel igienizzanti che per il modo quasi ossessivo con cui spesso si utilizzano», **spiega l'esperta**. «**Se non curate, le dermatiti rendono impossibile l'uso dei disinfettanti**, generando un circolo vizioso da cui è difficile uscire».



## In caso di dermatite, cosa fare

«Le dermatiti si presentano con un arrossamento localizzato, specie nei punti dove le mani restano più umide. All'inizio sono accompagnate da un po' di ruvidità, che poi sfociano in vere e proprie aree pruriginose, le cosiddette dermatiti irritative, che devono essere curate sotto controllo medico, il fai da te è sempre escluso.

**Meglio prevenire**, quindi, per far sì che la pelle resti integra, anche perché è la nostra prima barriera, sia dagli agenti usati per la disinfezione che per la penetrazione di virus e batteri in generale.

**L'ideale? Lavare le mani con prodotti poco aggressivi, come ad esempio gli oli lavanti, molto più delicati del sapone.** Tra gli attivi che di solito si possono trovare in questi prodotti, ci sono **pantenolo, aloe e glicerina**, che danno vita a formulazioni meno tensioattive e più tollerate».

## Creme e maschere specifiche, in guanto

Oltre alla classica crema, si possono scegliere delle **maschere con agenti idratanti** per una coccola in più. «Sono perfetti per i casi più estremi e tra le più diffuse ci sono quelle che prevedono l'uso di appositi guanti. Possono essere di grande aiuto perché **a volte la crema da sola non è sufficiente a ripristinare l'idratazione persa**», aggiunge la dottoressa **Bucci**.

## E per ringiovanirle? I trattamenti estetici mirati

Non solo lavaggi frequenti però. Come qualsiasi altra parte del corpo, anche le mani risentono molto dell'**invecchiamento cutaneo**.

«Per migliorarne l'aspetto, tra i trattamenti più efficaci c'è il **fotoringiovanimento**, che agisce anche **sull'eventuale presenza di macchie dovute all'età oppure ai raggi del sole**. Si effettua dal dermatologo con la **luce pulsata** e aiuta a cancellare o, nei casi più gravi, a migliorare sensibilmente inestetismi e **iperpigmentazione**».

## Come funzionano laser e filler anti-age mani

«Solitamente il trattamento si effettua ogni 3 settimane, **le sedute necessarie vanno valutate da caso a caso**, ma ne sono necessarie **almeno due**. All'inizio le macchie tendono a peggiorare, perché subito dopo il trattamento appaiono più evidenti, per poi migliorare. Si fanno **2-3 passaggi** in circa 20 minuti, e se le macchie sono molte si può avvertire fastidio», aggiunge la **specialista**.

«**Se le mani sono più scarse si utilizza l'acido ialuronico**, sia come **biorivitalizzante** che come **filler**, agisce riempiendo le rughe profonde e conferendo alla pelle un aspetto più uniforme».

Come per ogni trattamento con la **luce pulsata**, anche in questo caso il fototipo gioca un ruolo importante. «Sulle pelli chiare funziona molto bene, quelle scure tendono a scottarsi, quindi si può fare purché **non siano abbronzate**». Questa stagione è quella ideale.