

# Couperose

## Come e perché



In inverno peggiora per gli sbalzi di temperatura



di Cesare Betti

**V**ampate improvvise di calore, bruciori, prurito e, nei casi più seri, una ragnatela di venuzze a fior di pelle. È l'identikit della couperose, una malattia che prende il nome dal colore rosso che colora guance e naso.

La couperose si manifesta con una ragnatela di sottilissimi "fili" rossi sul viso dovuta ai capillari dilatati, che assumono un tragitto irregolare, o ad ali di farfalla, che dal naso si estende alle guance. All'origine del fenomeno c'è una particolare predisposizione dei piccoli vasi a ingrandirsi e a rendersi visibili, favorita da vari fattori: sbalzi termici, problemi digestivi, emozioni improvvise, selvagge esposizioni solari, disturbi psicosomatici. Sentiamo un esperto, il professore **Emanuele Bartoletti**, presidente della Società italiana di medicina estetica.

### Le categorie a rischio

Le pelli chiare e trasparenti, insieme a quelle sottili e reattive, sono le più espo-

ste alla couperose, ma può manifestarsi anche in persone con la pelle arida, soprattutto durante la maturità.

Sono a rischio coloro che hanno parenti che presentano couperose, considerato che si riscontra una netta ereditarietà nella sua comparsa.

Durante la menopausa, la pelle tende ad assottigliarsi e a inaridirsi, e si verificano problemi a livello del microcircolo. A modificare il tono dei capillari interviene anche un cambiamento ormonale, tipico di questo periodo della vita della donna.

### Peggiora con il freddo

In inverno, la couperose peggiora, non tanto a causa di freddo e vento, quanto per gli improvvisi e frequenti sbalzi di temperatura cui è sottoposto il viso, quando dal freddo esterno passa ad ambienti interni piuttosto caldi. In questo caso, le pareti dei vasi capillari si contraggono e si dilatano in modo rapido e improvviso, dando luogo a vampate che si accompagnano a senso di calore. ➤

Zapping



## PARKINSON: DIAGNOSI DA GHIANDOLA SALIVARE

**U**na biopsia di una ghiandola salivare sotto la mandibola potrebbe divenire un modo per diagnosticare il morbo di Parkinson precocemente. Lo rivela uno studio clinico i cui risultati sono stati pubblicati sulla rivista *Movement Disorderse* e condotto alla Mayo Clinic, a Phoenix. Il morbo di Parkinson è una malattia molto difficile da diagnosticare in fase precoce e fino al 45% dei malati all'esordio riceve una diagnosi scorretta. Gli esperti Usa hanno scoperto che vi sono delle alterazioni proteiche ben riconoscibili nelle ghiandole salivari dei pazienti e che queste alterazioni sono già visibili in fase precoce di malattia eseguendo una biopsia ghiandolare. Z

- Che cosa fare? Rendere più graduale e meno brusco il passaggio da una temperatura all'altra, e proteggere la pelle con opportuni cosmetici.

### Protezione quotidiana

Una volta comparsa, se trascurata, la couperose può evolvere verso forme più serie e fastidiose. I cosmetici sono i prodotti migliori per tenerla sotto controllo, purché usati ogni giorno.

Questi prodotti, in superficie avvolgono la pelle con un film invisibile (ossido di zinco, filtri solari, eccetera), che respingono le radiazioni solari, le aggressioni climatiche e ambientali. In profondità, invece, oltre a risorse nutrienti e idratanti, rilasciano principi che proteggono i capillari, irrobustiscono le pareti interne dei vasi e migliorano la circolazione del sangue.

I più importanti sono: il ginkgo biloba, dalle spiccate virtù protettive; i flavonoidi, presenti soprattutto nei frutti di bosco; la vitamina C, di cui lamponi, mirtilli e ribes sono ricchi. Aumentano la resistenza dei capillari e ne riducono la permeabilità.

Insieme a sostanze, come l'acido glicirretico (ottenuto dalla liquirizia) e le saponine (contenute nell'ippocastano, nella centella asiatica, nell'edera, nel rusco) svolgono anche una benefica azione astringente e disarrossante. In molti casi, questi prodotti possono essere assunti per bocca sotto forma di integratori alimentari.

Numerose altre piante vengono utilizzate a scopo calmante in detergenti, tonici, maschere e impacchi di uso quotidiano o di pronto intervento, come: estratti di tè verde, di camomilla, di lino, di tiglio, di fiori d'arancio e di hamamelis.

### Fronteggiare la crisi

Se il viso è caldo e arrossato, si può ricorrere a una cura desensibilizzante a base di acqua termale e di estratti vegetali (di corallo, tè verde, albero del burro), sotto forma di spray, che si vaporizzano sulla pelle senza bisogno di sfregamenti e massaggi. In alternativa, si può ricorrere a un impacco freddo di camomilla e malva, da acquistare in erboristeria e far bollire per circa 20 minuti. ▼



## SI CERCANO "MOSTRI DELLA MEMORIA" PER UNO STUDIO

È partito in Italia uno studio per svelare i segreti dell'"ipermemoria"; una condizione rarissima che porta alcuni soggetti a ricordare ogni dettaglio, anche il più insignificante, della propria vita.

Condotto da **Patrizia Campolongo** dell'Università di Roma "La Sapienza", **Valerio Santangelo** dell'Università degli Studi di Perugia e **Simone Macri** dell'Istituto Superiore di Sanità, lo studio si basa sull'analisi dell'attività del cervello di questi individui dalla memoria super utilizzando la risonanza magnetica funzionale.

L'attività sarà registrata mentre ai soggetti sarà chiesto di richiamare alla memoria eventi, date, e altro e sarà confrontata con l'attività neurale di soggetti normali.

Al momento lo studio è iniziato su tre "mostri della memoria" e i ricercatori ne stanno cercando altri per avere un campione numericamente adeguato da studiare. Z





## Couperose Come e perché



### Se capita a lui

Anche la pelle più robusta come quella di un uomo può andare in tilt, non soltanto per incuria e pigrizia, ma anche per effetto dell'azione combinata di sbalzi di temperatura e rasoio.

A ogni passata, la lama altera il film idro-lipidico, la sottilissima pellicola composta da acqua e grassi che protegge e impermeabilizza la cute, lasciando scoperti e indifesi gli strati sottostanti.

È importante reintegrarla con l'aiuto di prodotti specifici: crema da barba idratante ed emolliente, che elimini l'attrito tra pelle e rasoio, e dopobarba lenitivo-riequilibrante, privo di alcol.

### Il laser schiarente

Quando la ragnatela dei capillari diventa molto vistosa, si può ricorrere a un semplice intervento medico per schiarirla e restituire uniformità al colorito.

Lo strumento più usato è il *dye-laser*, che ha come obiettivo il colore rosso dei capillari dilatati, lasciando alcune macchioline

grigie che scompaiono dopo alcuni giorni. L'intervento è indolore, si fa in ambulatorio e non richiede anestesia. In alternativa, per situazioni meno serie, la più delicata luce pulsata può aiutare a tenere sotto controllo la situazione.

Tuttavia, non risolve per sempre il problema: la ragnatela può ricomparire anche a distanza di anni se non si osservano le norme di cura e igiene della pelle.

### Fare attenzione a...

Tutte le fonti di calore: persino una tazza di brodo o una bevanda calda possono compromettere il tono dei capillari.

I raggi solari: ad alta quota, in riva al mare o in città, la pelle va protetta con filtri anti-ultravioletti; quelli più pericolosi sono gli Uv-B. Il fumo: influisce negativamente su una circolazione del sangue già difettosa e riduce l'apporto di ossigeno alle cellule.

I cibi speziati e piccanti, aumentano bruciori e prurito. L'alcol è un vasodilatatore e aumenta il rossore. ■

Zapping



## PUBBLICITÀ DI CIBO SPAZZATURA E BAMBINI

Le pubblicità che reclamizzano "cibi spazzatura" inducono i bambini a mangiare di più. Lo rivela uno studio condotto alla University of Liverpool e pubblicato sull'*American Journal of Clinical Nutrition*. I ricercatori hanno misurato il consumo di cibi di un campione di bambini e adulti esposti alle pubblicità su televisione e internet, confrontandolo con i consumi di coetanei non esposti a messaggi pubblicitari. I bimbi che guardavano reclame di cibi non salutari mostravano un aumento significativo del consumo di quei cibi. Spiegano gli autori: la pubblicità non solo orienta la scelta delle marche e le preferenze, ma stimola anche il consumo di più cibo. Z