



*Il prof. Leonardo Celleno, dermatologo e presidente di AIDECO - Associazione Italiana Dermatologia e Cosmetologia suggerisce alcuni trattamenti cosmetologici da seguire durante la gravidanza*



Roma, 6 marzo 2019 - Le donne durante la gravidanza sono più belle, non è una leggenda popolare, ma è confermato dagli studi di fisiologia. Il merito è della componente ormonale, che causa un cambiamento nella consistenza generale dei tessuti che, trattenendo al loro interno più liquidi e richiamando un maggiore quantitativo di nutrienti cellulari, tendono a diventare più morbidi ed elastici.

“La pelle, però, è anche più esposta e sensibile agli agenti esterni come lo smog o le radiazioni solari e possono più frequentemente comparire alcune alterazioni cutanee. Tra i più frequenti inestetismi si riscontrano le striae distensae o gravidiche (le cosiddette ‘smagliature’), le iperpigmentazioni, le alterazioni di unghie, capelli e del microcircolo” spiega il prof. Leonardo Celleno, dermatologo e presidente di AIDECO - Associazione Italiana Dermatologia e Cosmetologia, suggerisce alcuni trattamenti cosmetologici da seguire durante la gravidanza per contrastare questi inestetismi.



Prof. Leonardo Celleno

### **Le “Smagliature”**

Le striae compaiono in circa il 90% delle donne dopo il primo trimestre di gravidanza. Inizialmente appaiono come vere e proprie linee rosso-violacee (striae rubrae). Le cause sono complesse e multifattoriali ed includono fattori fisici (ad esempio la capacità elastica della pelle), fattori ormonali (l'attività degli estrogeni e degli steroidi corticosurrenali sulle fibre elastiche cutanee), fattori genetici (ereditarietà e predisposizione).

“I trattamenti cosmetologici sono numerosi. Sicuramente il ruolo fondamentale è svolto dalla prevenzione e, proprio per tale motivo, il rimedio della nonna più frequente e maggiormente conosciuto è l'utilizzo dell'olio di mandorle dolci. L'applicazione topica costante dell'olio di mandorle, costituito da un'elevata percentuale di acido oleico e linoleico, è in grado di migliorare l'elasticità cutanea considerate le sue proprietà emollienti e nutrienti ad alto valore eudermico. Recentemente l'attenzione è rivolta all'attività topica di prodotti (creme, oli) contenenti estratto di Centella Asiatica, Vitamina E, collagene ed elastina nella loro forma idrolizzata. Post partum è possibile effettuare trattamenti medici più ‘intensivi’ che prevedono l'utilizzo topico e talvolta sistemico di Vitamina A oppure di trattamenti laser e luce pulsata, ovviamente tutti sotto stretto controllo ed indicazione medica”, spiega il prof. Celleno.

### **Le macchie della pelle**

La pelle in gravidanza corre il serio rischio di macchiarsi e ad essere maggiormente a rischio sono le carnagioni più olivastre e tendenzialmente scure. Particolare attenzione va posta anche alle cicatrici e i nevi pre-esistenti, possono scurirsi ed aumentare la propria superficie anch'essi, specialmente se localizzati nella zona addominale, la quale è sempre consigliabile tenere sotto controllo con il proprio dermatologo di fiducia.

“Ancora una volta il miglior trattamento cosmetico è la prevenzione. Sicuramente è molto più semplice prevenire una macchia piuttosto che eliminarla - afferma il dermatologo e prosegue - L'uso di creme solari con filtri UVA ed UVB è dunque d'obbligo, non solo in estate ma anche in inverno. In sinergia agli ingredienti di protezione solare, è consigliabile utilizzare prodotti cosmetici (creme, oli, sieri) contenenti di Vitamina C da sempre nota per la propria attività antiossidante, coadiuvante del microcircolo ma anche a vocazione depigmentante”.

### **Alterazione del ciclo vitale dei capelli**

Durante il periodo della gravidanza e del post partum, non è solo la pelle a riscontrare dei cambiamenti ma anche i capelli: all'inizio saranno più corposi e luminosi, dopo il parto e durante l'allattamento entrano in una prolungata fase di riposo che determina una temporanea condizione stazionaria che generalmente termina con una massiva ma fisiologica caduta dei capelli denominata telogen effluvium. Ma in questi casi nell'arco di qualche mese tornerà tutto alla normalità.

Il prof. Celleno suggerisce: “Dopo il parto e al termine del periodo di allattamento, per aiutare il ciclo del capello ed apportare costituenti essenziali alla capigliatura, è opportuno, oltre ad un'alimentazione equilibrata, un corretto trattamento cosmetico. Con l'utilizzo di prodotti cosmetici specifici (shampoo, fiale, maschere) si può coadiuvare il sostegno alla struttura pilo-sebacea, attraverso sostanze e nutrienti necessari al miglioramento delle condizioni fisiologiche dei capelli e del cuoio capelluto. Tra i più tradizionalmente utilizzati la Biotina, nota in passato come Vitamina H, (INCI: BIOTIN), l'estratto di *Serenoa Repens*, il Lievito di birra e moltissimi altri”.

### **Gravidanza e allattamento**

“Gli ingredienti ammessi in cosmetica sono accuratamente selezionati e controllati per la loro sicurezza. Naturalmente in casi particolari come questo o dei prodotti cosmetici per neonati/bambini, la verifica di sicurezza e tollerabilità deve essere eseguita con maggiore attenzione. Fermo restando dunque che in gravidanza e durante l'allattamento l'accortezza nella scelta dei cosmetici deve essere al massimo livello, va considerato che in linea di massima un trattamento topico può determinare un assorbimento trascurabile, soprattutto se riferito alle concentrazioni delle sostanze attive. Pertanto sì ai prodotti cosmetici, attenzione all'uso di prodotti particolari come ad esempio le tinture e soprattutto, prima dell'uso di qualunque prodotto sia topico che non, durante questi periodi particolari della vita della donna è consigliabile consultare prima il proprio medico di fiducia (dermatologo, ginecologo, pediatra)”, conclude Leonardo Celleno.