



*Prof. Aldo Morrone, Direttore Scientifico dell'Istituto Dermatologico San Gallicano: "È importante che le pratiche di igiene non alterino il film idrolipidico della cute per evitare che il suo ruolo di barriera non venga compromesso"*



Roma,

20 marzo 2020 - "L'igiene delle mani è fondamentale per la prevenzione di molte infezioni - sottolinea Aldo Morrone, Direttore Scientifico dell'Istituto Dermatologico San Gallicano - perché rimuove microrganismi che possono essersi depositati sulla pelle attraverso micro-gocce presenti nell'aria o attraverso il contatto con oggetti o superfici contaminate. È importante che le pratiche di igiene non alterino il film idrolipidico della cute per evitare che il suo ruolo di barriera non venga compromesso. Per questo lavarsi le mani nel corso della pandemia da coronavirus è fondamentale, ma non deve diventare un'operazione 'maniacale', con il rischio di infezioni o la comparsa di dermatiti irritative o allergiche".



*Prof. Aldo Morrone*

Qui

di seguito alcuni consigli dei dermatologi dell'Istituto San Gallicano di Roma (IRCCS).

1. La

pelle è un organo barriera che svolge un ruolo fondamentale nella difesa dell'organismo dall'ambiente esterno. Oltre che essere un organo di senso e di relazione, ha una funzione primaria di difesa dagli agenti fisici, chimici e biologici, rappresentando la prima linea di difesa contro patogeni invasivi. Questa funzione viene svolta sia grazie alla protezione fornita dallo strato corneo, che attraverso la sintesi di mediatori dell'infiammazione, come prostaglandine, leucotrieni, citochine, ecc.

2. La cute integra

rappresenta una barriera nei confronti della penetrazione di numerosi batteri e virus, ma la sua integrità è fondamentale per preservare l'organismo da malattie infettive.

3. Il nuovo

coronavirus (SARS-CoV-2), causa dell'attuale pandemia, si trasmette principalmente attraverso la saliva e contatti diretti personali, per esempio con le mani "contaminate".

4. Questo virus non

è in grado di attraversare la cute. Le micro-gocce di saliva (droplet) eliminate dai malati, sospese in aria possono depositarsi sugli oggetti e sulle mani, che in questo modo potrebbero veicolare il virus, se portate alla bocca, o attraverso contatti diretti personali come una stretta di mano.

5. Il lavaggio

delle mani con acqua e sapone ha lo scopo di garantire un'adeguata pulizia e igiene delle mani attraverso un'azione meccanica ed è raccomandato come

principale e più efficace misura di prevenzione nei confronti del nuovo coronavirus. Evitare l'acqua troppo calda, perché potrebbe danneggiare il film idrolipidico della pelle.

6. Per l'igiene

delle mani è sufficiente il comune sapone. Solo in assenza di acqua si può ricorrere ai cosiddetti igienizzanti per le mani (gel idroalcolici) contenenti almeno il 60% di alcol. Una corretta igiene delle mani richiede che ci si lavi per almeno 40-60 secondi.

7. I gel

idroalcolici vanno usati quando le mani sono asciutte, altrimenti non sono efficaci. Tuttavia, è necessario fare attenzione a non abusarne, dal momento che, se usati frequentemente, potrebbero provocare secchezza della cute, alterando la sua funzione protettiva e inoltre favorire nei batteri lo sviluppo di resistenze, aumentando di conseguenza il rischio di infezioni.

8. Avere cura delle

unghie, mantenendole corte, evitando di mordicchiare le pellicine (cuticole), perché potrebbero crearsi micro-ferite che possono costituire la porta di accesso a virus e batteri.

9. Utilizzare creme

idratanti che aiutino la pelle a ritrovare il suo naturale equilibrio, soprattutto se si avverte particolare secchezza delle mani.

10. Prestare

particolare attenzione a queste precauzioni se si è affetti da patologie dermatologiche, come, la dermatite atopica, che espongono già a maggior rischio di contrarre infezioni.