21 AGOSTO 2020 • VISO E CORPO

Acne in estate: cos'è, perché succede e i rimedi al rientro

Si chiama "acne di Maiorca" e si verifica in estate subito dopo l'esposizione solare. Per attenuarla occorrono una detersione profonda e una corretta skincare routine

di ELEONORA GIONCHI

PUBBLICITÀ

Hello Nudo

Acne, i prodotti che aiutano la pelle
SFOGLIA LA GALLERY

Il termine tecnico è **"acne di Maiorca" ed è la forma estiva dell'acne cosmopatrica.** Colpisce soprattutto le donne e si manifesta nei mesi più caldi, in particolare quando ci si **espone al sole**. Se infatti in un primo momento sotto al sole la pelle acneica sembra beneficiarne, dopo le prime due settimane **la situazione peggiora a causa dell'ispessimento epidermico dovuto dai raggi**. E anche il caldo fa la sua parte. Il professor **Sergio Novello**, Direttore Sanitario di Sergio Novello Cosmetic Surgery & HAT Centre, spiega cosme comportarsi prima, durante e dopo.

Sole e mare: i benefici dell'inizio

Il mix di sole e relativa esposizione, caldo e sudore sono **delle**teri per l'epidermide **a tendenza acneica** per cui, a causa della sua delicatezza, occorrono particolari cure. Come spiega il professor Novello: «In estate molti pertsone notato un **primo miglioramento** soprattutto nelle prime settimane quando il **sole svolge un'azione antiinfiammatoria**: il mare tende a seccare e asciugare i brufoli. L'abbronzatura, inoltre, li rende meno visibili».

Effetto rebound, e l'acne peggiora

Questo miglioramento è però **solo apparente** e soprattutto dura poco: **la pelle esposta al sole, infatti, si ispessisce e produce maggiore sebo** che porta non riesce a fuoriuscire proprio a causa dell'ispessimento stesso. «Inoltre il sudore causa una **sudocclusione dei canali del sebo** con conseguente infiammazione, formazione di comedoni e pustole» aggiunge Novello.

Infine ci **raggi UVA e gli UVB** favoriscono l'infiammazione e il caldo fa arrivare più sangue al viso e con esso una maggior quantità di ormoni che stimola la produzione di sebo».

therealeurotrogram
Verdura
Visualizza profilo

Visualizza altri contenuti su Instagram

Mi piace: 700,873
therealeurotrogram
Per postare una foto così, come l'hai scattata, ormai ci vuole coraggio. Soprattutto per chi da sempre fa a botte con la sua insicurezza, il suo peso, i suoi brufoli. Abbiamo dato vita ad una piattaforma dove essere "umani" spicca perché è quasi strano. Siamo tutti belli, famosi, felici e realizzati. Certo, condividere il bello è giusto e lo sarebbe ancor di più se tutti fossero un mondo un po' coerente in cui tutti fanno a gara con gli altri. Anche io giocco la mia parte ma cerco sempre di farlo mantenendo quella componente di verità perché altrimenti non sarei felice a me stessa. E poi non mi piace fingere di essere qualcuno che non sono.
Troverò sempre assurdo che qualcuno possa anche lontanamente ispirarsi proprio a me che sono un disastro sia dentro che fuori. Ma allora, visto che ne ho la possibilità, sfruttarò questa stessa piattaforma che sa di perfezione per ricordarci che la perfezione non esiste non esiste, ma non è neanche bella. Siamo belli no, con le rosine cicatrici, e anche se sembra tutto un po' cliché, a questo punto non c'è cosa a cui credo di più.
mostra tutti e 14,782 i commenti

Aggiungi un commento...

LEGGI ANCHE
› **Aurora Ramazzotti e le altre senza trucco su Instagram: belle, con tutte le imperfezioni**

Cosa fare

Il risultato? Al termine della vacanza la pelle appare inspessita ma anche più **spenta e impura.**

Come procedere: assittato è utile fare uno **scrub delicato per eliminare le impurità**, sia sul viso che sul corpo (altre due zone particolarmente colpite sono infatti quelle e décolleté). Poi **esporsi al sole gradualmente** scegliendo solari specifici per pelli acneiche, quindi oil free e non comedogenici.

Pulire il viso due volte al giorno con un detergente dal pH 5 o 5,5 e la sera è fondamentale **strucerasi accuratamente**, anche se il trucco utilizzato in giornata al mare è minimo.

Infine **aiutare la pelle con integratori** che contengono **vitamina A e zinco** che svolgono un'azione antiossidante e antiinfiammatoria e con bevande sobreeqeuilatrici e detox come il tè verde e l'aloe.

LEGGI ANCHE
› **Creme idratanti viso: le texture estive effetto sorbetto, rinfrescanti**

Cosa evitare

Evitare «tutti i **trattamenti troppo aggressivi**, **compresse pulizie del viso "fai da te" profonde**» pensando di migliorare la situazione» spiega l'esperto.

No inoltre al trucco: «evitare il più possibile il make up evita di occludere ulteriormente i pori».

Attenzione, inoltre, **alla luce blu dei device**, almeno la sera. Un'esposizione **prolungata** – e la combinazione con l'esposizione al sole durante il giorno – può portare ad un **eccesso di radicali liberi**, alla formazione di macchie, rughe e **riduzione della capacità protettiva della pelle stessa**, compromettendo l'attivazione delle cellule e dei **fibroblasti** dermici responsabili della produzione di collagene, sostanza che non ha una funzione soltanto antiaging ma che può aiutare anche a combattere l'acne».

LEGGI ANCHE
› **Acne da stress: i consigli del dermatologo e la beauty routine delle star**

angelcandices
Follower: 14,8 mln
Visualizza profilo

Visualizza altri contenuti su Instagram

Mi piace: 168,767
angelcandices
Keep Calm and 7
mostra tutti e 8017 i commenti

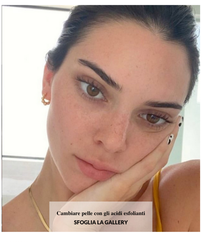
Aggiungi un commento...

Al rientro a casa

Se ormai il danno è fatto, bisogna aiutare la pelle con trattamenti e protocolli specifici così da limitare i danni.

Come consiglia l'esperto, **sono adatti dei cicli di peeling leggeri e o profondi a base di differenti concentrazioni di acido salicilico, mandelico e azelaico** che si effettuano all'inizio e ogni due settimane. Inoltre scegliere delle **biorivitalizzazioni** con sostanze booster che rigenerano, riparano e idratano la pelle aiutandola a chiudere i pori.

LEGGI ANCHE
› **Acidi esfolianti per la pelle in estate: i sì e i no**



Cambiare pelle con gli acidi esfolianti
SFOGLIA LA GALLERY

LEGGI ANCHE
› **I raggi del sole sono terapeutici: riducono l'acne e fanno bene a ossa e circolazione**

LEGGI ANCHE
› **Protezioni solari estate 2020: tre cose da sapere prima di comprarli**

cindycrawford

Solari 2020: la protezione solare in città
SFOGLIA LA GALLERY

For maximum fun, smile.
SCOPRI LA NUOVA COLLEZIONE
MAX&Co.

Instagram
Ero intelligente e volevo cambiare il mondo, ora sono saggio e sto cambiando me stesso
Mahatma Gandhi
Condividi su Instagram

SCOPRI LA NUOVA COLLEZIONE
MAX&Co.

Instagram
Ero intelligente e volevo cambiare il mondo, ora sono saggio e sto cambiando me stesso
Mahatma Gandhi
Condividi su Instagram

neoninsport
-50%
6 Kaki di Seul Liquid
6,50 €
3,25 €
ACQUISTA ORA
-50%
Tecnofibra Scarpa
6,50 €
3,25 €
ACQUISTA ORA

SCOPRI DI PIÙ

3 giorni nel cuore delle Alpi
Tra laghi, vette, castelli e chalet