


DISBIOSI CUTANEA?

Unisci buone abitudini al nostro consiglio cosmetico specifico

I principali attivi cosmetici per **la pelle sensibile/reattiva**, sono i prebiotici come **Prebiotico-Defence** in grado di richiamare l'acqua e riequilibrare il microbioma cutaneo; i derivati dell'**Acido β -glicirretico** e l'**isopalmide** che hanno proprietà lenitive; l'**estratto di mirtillo e di magnolia**, antiossidanti. **Per la pelle grassa/impura**, sono il **Probiotico-Balance**, che contrasta la proliferazione di *C. acnes*; l'**Estratto di bardana potenziato** che diminuisce la produzione di sebo, limita l'effetto "pelle lucida" e riduce la dimensione dei pori; la **Niacinamide** che regola la produzione di sebo; il **Peptide AI**, utile per la riduzione della dimensione dei pori, per l'azione lenitiva e seboregolatrice; il **Fomes biotech**, con proprietà lenitive e astringenti.



Noi Farmacisti Preparatori raccomandiamo inoltre **un'alimentazione con cibi a basso contenuto di carboidrati.**

Chiedici un consiglio sugli alimenti 

Le informazioni riportate non sono consigli medici. I contenuti hanno solo fine illustrativo e non sostituiscono il parere dell'esperto.

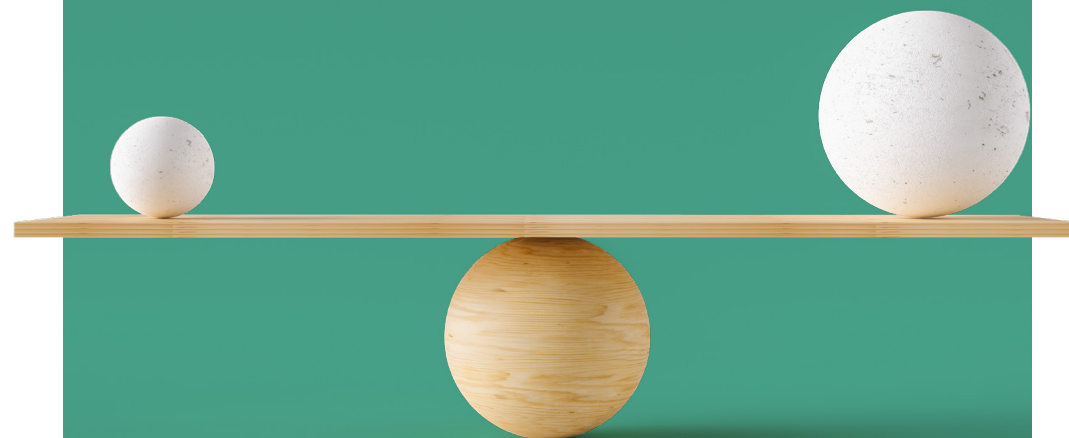
Per approfondire e scoprire altri consigli:
farmacistipreparatori.it



HEALTH & LONGEVITY

Consigli dal tuo Farmacista

Se la pelle perde l'equilibrio?



 **FARMACISTI PREPARATORI**
Comunità Scientifica per la tua salute

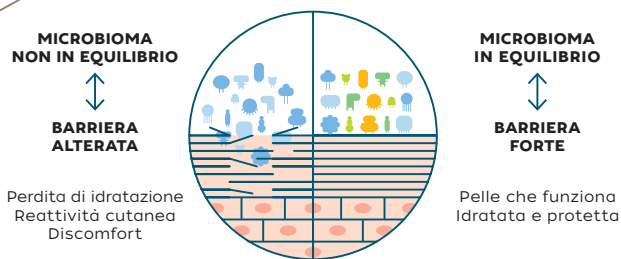
 **FARMACIA SAN VALENTINO**
Innamorati della Salute

Il microbioma cutaneo è costituito da una **straordinaria biodiversità di specie microbiche**, che cooperano con la barriera cutanea per il mantenimento del benessere della pelle. Tuttavia, fattori come alimentazione, stile di vita, farmaci o skincare non adeguata, possono alterare l'equilibrio del microbioma portando a una disbiosi e **favorendo diverse manifestazioni di discomfort. Spesso la pelle sensibile e quella impura si manifestano proprio perché il microbioma cutaneo è alterato, riequilibrarlo è fondamentale per ritrovare salute e benessere!**

Possibili manifestazioni: sensazione di "pelle che tira", rossori e secchezza; punti neri, punti bianchi, brufoli e untuosità.

Spesso collegata a: sbalzi ormonali, farmaci o cosmetici aggressivi.

Fattori di rischio: alimentazione sbilanciata e sovraccarico epatico, fattori ambientali, stile di vita, predisposizione genetica.



CONOSCERE LA PELLE PER RIEQUILIBRARE IL MICROBIOMA

L'equilibrio dinamico del microbioma cutaneo è fondamentale per la salute della pelle e va preservato nelle varie fasi della vita. Infatti, **la pelle sensibile o la pelle impura spesso presentano uno squilibrio del microbioma**, che può essere il punto di partenza per un successivo indebolimento della barriera e lo sviluppo di vere e proprie patologie dermatologiche.

PELLE MOLTO SENSIBILE: Sensazione di "pelle che tira" e poco elastica, pizzica e brucia; disidratazione, frequenti arrossamenti e **discomfort generale**.

PELLE FRAGILIZZATA: rossori improvvisi, pizzicore e senso di calore localizzato; è temporanea, come risposta immediata a fattori scatenanti specifici, ad esempio un cambio di temperatura. Se si nota anche qualche capillare evidente, senso di calore, prurito e rossori transitori che poi possono diventare permanenti, localizzati su guance, naso e mento, allora la pelle potrebbe essere tendente alla couperose.

Sono 3 le azioni fondamentali per riequilibrare questo tipo di pelle: **detergere** correttamente, determinante per questo tipo di pelle; **idratare** (l'acqua è fondamentale anche per i microrganismi!), con prebiotici in grado di richiamare l'acqua come delle spugne; **rinforzare e supportare** il microbioma cutaneo.

PELLE GRASSA: pori dilatati, aspetto oleoso, talvolta disidratata, colorito spento e al tatto trama irregolare.

PELLE IMPURA: eccesso di sebo, punti neri (o comedoni aperti) e punti bianchi (o comedoni chiusi), dall'aspetto lucido. Gli squilibri ormonali ne rappresentano la causa più frequente e hanno un impatto sull'equilibrio del microbioma cutaneo.

L'obiettivo del trattamento dermocosmetico è quello di **ridurre l'ipersecrezione sebacea, ripristinare l'equilibrio microbico e riequilibrare la normale idratazione cutanea**. Spesso gli inestetismi cutanei presentano aree arrossate e infiammate, in questo caso è ricercata anche un'azione lenitiva e disarrossante. È bene scegliere prodotti formulati appositamente per la tipologia di pelle e che al contempo possano essere **rispettosi del microbioma cutaneo**.

I **probiotici**, o "batteri buoni", invece, sono definiti come microrganismi vivi, ma nel mondo cosmetico si utilizzano come tindalizzati o lisati batterici.

I **postbiotici** sono le sostanze prodotte da questi batteri che possono essere inserite nei cosmetici.

COME PROMUOVERE UN MICROBIOMA EQUILIBRATO E MIGLIORARE LA FUNZIONE DI BARRIERA CUTANEA? ECCO 3 ALLEATI.

I **prebiotici** sono sostanze organiche che stimolano la crescita di microrganismi benefici sulla pelle.