

le labbra seccche

Danno fastidio e, se si "tagliano", fanno anche male. Per intervenire bisogna capirne la causa



Potrebbe trattarsi di una carenza alimentare

Una delle tante manifestazioni esterne delle carenze alimentari è la secchezza delle labbra. Infatti, chi segue diete troppo restrittive, dimagranti e sbilanciate, oppure chi non mangia frutta e verdura spesso è soggetto a una carenza di nutrienti, in particolare del complesso di vitamina B. In questi casi a volte si fa l'errore di assumere una grande quantità di integratori alimentari senza mutare le proprie abitudini a tavola, cosa però che si rivela inefficace. Infatti, è sempre bene partire da una dieta equilibrata (meglio se studiata da un nutrizionista) e assumere integratori solo se strettamente necessario e sotto consiglio medico.



È uno degli effetti collaterali

Ci sono alcuni farmaci a base di vitamina A, che si assumono per bocca o localmente, che possono favorire la secchezza delle labbra. Ciò avviene perché questa vitamina ha una funzione anti-sebo, che è invece una sostanza essenziale per proteggere dagli agenti esterni le labbra, evitando così che si "taglino". Tra gli utilizzi più comuni dei retinoidi (derivati della vitamina A) ci sono la cura dell'acne, dove è necessario ridurre il sebo. Per ovviare all'effetto collaterale delle labbra secche, di solito il dermatologo prescrive creme emollienti a base di burro di karité e di vitamina E.

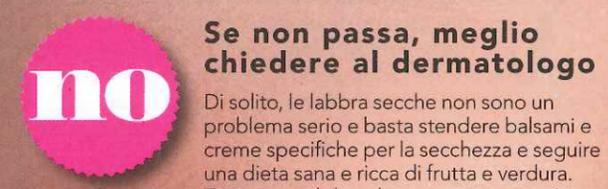
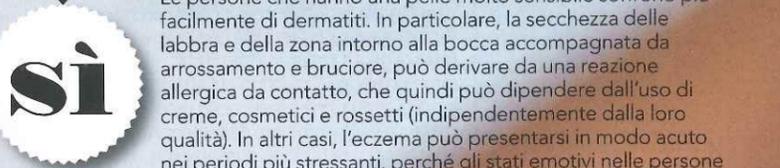


Forse è colpa di una dermatite

Le persone che hanno una pelle molto sensibile soffrono più facilmente di dermatiti. In particolare, la secchezza delle labbra e della zona intorno alla bocca accompagnata da arrossamento e bruciore, può derivare da una reazione allergica da contatto, che quindi può dipendere dall'uso di creme, cosmetici e rossetti (indipendentemente dalla loro qualità). In altri casi, l'eczema può presentarsi in modo acuto nei periodi più stressanti, perché gli stati emotivi nelle persone predisposte possono stimolare questo tipo di reazioni.

SPESSE È UN FATTO COSTITUZIONALE

Ci sono persone che da sempre soffrono di secchezza alla labbra per costituzione e in alcuni periodi questa condizione peggiora, rendendole arrossate, screpolate e provocando bruciore. Chi sa di essere più sensibile in questa zona, dovrebbe evitare di umettarsi le labbra con la saliva perché più restano umide e più si seccano. Inoltre, in inverno dovrebbero ricordarsi di proteggerle sempre con creme emollienti, meglio se con una protezione solare in modo da creare una buona barriera contro gli agenti esterni.



Di solito, le labbra secche non sono un problema serio e basta stendere balsami e creme specifiche per la secchezza e seguire una dieta sana e ricca di frutta e verdura. Tuttavia, se il disturbo non passa e anzi si nota che l'area interessata aumenta, si avverte prurito e rossore, è meglio fare una visita dal dermatologo (nel caso il problema non fosse di sua competenza, è in grado di indirizzare il paziente a un altro medico). Se si azzarda una diagnosi da soli e si fa uso di farmaci indiscriminatamente, oltre a non guarire si rischia di peggiorare la situazione.



La cheilite angolare (screpolatura agli angoli della bocca), accompagnata a placche bianche, arrossamento, sensazione di bruciore dentro alla bocca e talvolta senso alterato del gusto potrebbe indicare un'infezione da candida. In questi casi è importante avere la diagnosi corretta di un dermatologo, perché la cura prevede farmaci antifungini e, se al loro posto, si applicano creme sbagliate, come quelle al cortisone, si rischia solo di peggiorare.

SHUTTER

→ PIÙ CHE MAI DA EVITARE IL FAI DA TE: SE SI SBAGLIANO FARMACI SI RISCHIA DI PEGGIORARE LA SITUAZIONE

Servizio di Elena Cassin. Con la consulenza del professor Francesco Bruno, dermatologo a Milano.