

MEDIASET

TGCOM 24



La dermatite seborroica

giovedì, 24 maggio 2018



Una delle affezioni più comuni tra gli adulti ma anche tra i giovani è la dermatite seborroica. La dermatite seborroica è molto comune interessando l'1-3% della popolazione mondiale. Il 90% dei casi è riscontrato nella civiltà occidentale, il 6% nel continente africano e il restante 4% nel resto del mondo. I maschi sono più colpiti delle femmine e i picchi si verificano durante l'età infantile e adolescenziale, attorno ai 30 anni nei maschi e ai 40-50 anni nelle femmine. Essa non è sicuramente una situazione facile con cui convivere, sia sotto l'aspetto estetico, sia sotto quello dei pruriti, ecc. "Molte volte sento parlare di questo "problema", e purtroppo sento molte volte che le persone si affidano a soluzioni non efficaci o completamente errate, ecco perchè ho voluto scrivere un articolo in merito. L'obiettivo principale è quello di donare benessere, e risolvere questi problemi fastidiosi è alla base del nostro star bene", ci spiega Giuseppe Tedeschi laureato in Scienze della Salute, e professionista di Igiene Naturale.



Giuseppe Tedeschi

I principali sintomi si localizzano nelle zone ricche di ghiandole sebacee, come i capelli, ed è costituita da alti e bassi, con punti critici concomitanti con gli stress quotidiani e con l'esacerbarsi del clima invernale.

Molti si affidano a soluzioni cutanee localizzate ma il corpo va visto sempre nel suo insieme e mai nelle sue parti divise, ed essendo le dermatiti sintomi derivanti da squilibri ormonali, causati a loro volta da problemi funzionali e multifattoriali, a monte diventa quindi fondamentale puntare, come dicevo, ad un riequilibrio generale del nostro sistema.

Ogni dermatite è strettamente collegata, alle abitudini alimentari ed in maniera più ampia al nostro stile di vita, considerazione valida per tutte le patologie, ma per questa in particolare.

L'Igiene Naturale tiene fuori dalla sua filosofia integratori, rimedi naturali, rimedi magici, e naturalmente i farmaci, mi sembra giusto affermare che non esistono alternative se non il ricorso a una dieta purificante, e al rispetto dei cicli alimentari.

La "vera" soluzione vive nella semplicità: l'uomo sano che mette il suo sistema immunitario in condizioni di lavorare meglio, può attendersi un miglioramento generale che coinvolge anche il cuoio capelluto, ma ci vuole pazienza, fiducia e costanza, non esistono scorciatoie per la "vera" salute.

La dermatite s., ed anche l'eczema vero e proprio, non rappresentano la vera malattia, essendo essi solo i sintomi visibili e tangibili di una intossicazione lipidica del sangue, ed è proprio quest'ultima la patologia da prendere in seria considerazione. Per assurdo, l'eczema in sé è uno sfogo benefico, al pari di altri sfoghi della cute, essi sono sfoghi eliminativi di avvelenamenti interni che, se bloccati o contrastati, potrebbero causare problemi molto più gravi.

Le soluzioni migliori come accennavo sono semplici, e per il mondo 2.0 forse addirittura banali.. questa patologia cutanea peggiora quando la nostra dieta è ricca di prodotti da forno (lievitati), come il pane, le specialità dolciarie, la pizza eccetera. Anche il consumo di latte e latticini, così come di tutti i dolci, è associata allo sviluppo della dermatite seborroica, probabilmente perché questa reazione infiammatoria è un sintomo di allergie o intolleranze alimentari (ad esempio quella al lattosio), e di resistenza insulinica. L'eccesso

di proteine animali non fa che peggiorare la situazione. Quindi un'alimentazione basata su frutta e verdura di stagione, cereali integrali e noci e semi, il movimento all'aria aperta, il sole, la respirazione profonda e regolare, sono la soluzione migliore. Mangiare naturale crea sangue puro, assumere più frutta, in questo caso soprattutto gli agrumi, preferibilmente con più spuntini nell'arco di tutta la mattina e nel pomeriggio sono la soluzione migliore. È inevitabile infine ricordare che un atteggiamento mentale positivo è alla base di tutto!



Silvia Trevaini

VideoNews