



Un occhio alla salute ]

## Alla larga da quelle fastidiose punture

Stare all'aperto d'estate è un piacere che rischia di trasformarsi in fastidio per le punture di zanzare, vespe e altri insetti, che possono dare spiacevoli effetti collaterali. Ecco come tenerli lontani

di Adelaide Barigozzi

**A PROVA DI PUN-  
GIGLIONE** Sopra, Antonio Banderas, 50 anni, nel film di Almodovar "La pelle che abito", in uscita in autunno, è un chirurgo che crea una pelle artificiale resistente a punture di insetti e bruciature; l'attore, invece, è allergico alle punture di insetti. Sotto, Magda Belmontesi, chirurgo specialista in dermatologia.



Dr. Magda Belmontesi

**E**state uguale vita all'aria aperta. Un piacere che può essere rovinato dai nemici della vita outdoor: gli insetti. Per evitare le punture di zanzare, pappataci, vespe, api e calabroni basta giocare d'anticipo. «La prima regola è puntare sulla bonifica ambientale di davanzali e giardini eliminando l'acqua stagnante dai vasi: l'habitat umido attira le zanzare», spiega **Magda Belmontesi**, medico chirurgo specialista in dermatologia. «Utile riempire i balconi di gerani: il loro profumo fa da barriera naturale». Gli estratti di questi fiori e di citronella sono il principio attivo anche di repellenti biologici da spruzzare su pelle e abiti o bruciare nell'ambiente (zampironi). Esistono anche in candele, ottima opzione per illuminare una cena all'aperto. La luce elettrica infatti attira le zanzare.

### Repellenti naturali

«I prodotti vegetali sono da preferire a quelli chimici, specie per i bambini: sono efficaci e meno aggressivi», dice Belmontesi. «In com-



mercio ci sono anche dispositivi a ultrasuoni silenziosi che tengono lontani gli insetti», continua l'esperta. «Anche gli abiti fanno la differenza. I colori accesi fanno da richiamo: meglio puntare su bianco e toni neutri». C'è chi si riempie di punture e chi no,

come se le zanzare avessero i loro "preferiti". C'è una spiegazione? «I motivi non sono chiari», dice la dermatologa, «di sicuro, però, gli insetti sono richiamati dai profumi: a contatto con i grassi della pelle e il sudore, creano un mix olfattivo irresistibile per gli insetti».

### Pronto soccorso

«Nel caso della zanzara di solito, dopo il primo bruciore provocato dalla produzione di istamina, tutto passa in poche ore. Se la reazione è fastidiosa, va messa una crema antistaminica». Anche la tecnologia aiuta: tra gli ultimi ritrovati c'è l'elettrostick che sfrutta l'effetto anestetizzante del pizzicotto, qui fornito in versione elettrica. «Guai se ci si gratta, come fanno i bambini: la puntura s'infiamma e diventa porta d'accesso per infezioni batteriche», avverte l'esperta. La soluzione? «Disinfettare e coprire con un cerotto se c'è sanguinamento. Api, vespe o calabroni possono essere più dolorosi. In questo caso, va rimosso il pungiglione, disinfettata la zona e applicata una crema antistaminica; se i sintomi restano è utile una pomata cortisonica. Chi è allergico deve avere sempre con sé cortisone in pastiglie da assumere subito per poi recarsi al pronto soccorso».

## Dire, fare... cuore sano

Tutte le farmacie di Napoli aderiscono a *Estate serena 2011*, un'iniziativa, patrocinata dal Comune di Napoli, che fa parte della campagna *Dire fare cuore* lanciata da Teva Italia per la prevenzione delle malattie cardiovascolari. **\*Fino al 30 agosto i farmacisti offrono consigli sul corretto stile di vita**, un opuscolo sui principali fattori di rischio e la misurazione gratuita della pressione agli ultrasessantenni. L'iniziativa proseguirà in altre città. Per informazioni: [www.equivalente.it](http://www.equivalente.it)