



L'IMPORTANZA DEL MICROBIOTA CUTANEO

PILLOLE DI BELLESSERE A CURA DELLA DOTT.SSA SIMONA NICHETTI.

Ecosistema microbico unico e complesso in continua evoluzione formato da **LIEVITI**, **BATTERI** e **VIRUS** ad alta diversità intra ed interpersonale.

Il **microbiota cutaneo** (o dermobiota) è quell'insieme di microrganismi (funghi, batteri e virus) che vivono sulla nostra cute in completa simbiosi con il nostro organismo.

Il loro numero è molto elevato: ogni centimetro di pelle ospita più di 1 milione di microrganismi, appartenenti a centinaia di specie diverse!

Il **benessere della pelle** (organo complesso che si frappone ed interfaccia fra l'ambiente esterno e quello interno) riveste una estrema importanza per la nostra salute psico-fisica.

Essa infatti, rivestendoci completamente, non solo è la principale barriera protettiva nei confronti degli agenti esterni di natura fisica/chimica/biologica, ma essendo anche la parte del corpo maggiormente esposta, può diventare fonte di disagi psicologici qualora sia visibilmente alterata.

La cute è continuamente esposta a stimoli (leggi stress) di diversa natura e quindi la sua integrità è fondamentale per il suo stato di salute.

I fattori da cui la pelle ci difende sono di quale natura?

- **FISICI** (vento/umidità/raggi UV)
- **CHIMICI** (sostanze aggressive o irritanti con cui si può venire in contatto, contenute in detersivi) oppure inquinanti atmosferici
- **BIOLOGICI** (virus, batteri)

Per difendersi la cute di quali meccanismi si avvale?

Per svolgere al meglio la sua funzione “difensiva”, la cute si avvale di differenti meccanismi:

In primis lo STRATO CORNEO: che costituisce una vera e propria barriera fisica che impedisce l'ingresso di agenti nocivi da un lato e dall'altro, impedendo la perdita di acqua transepidermica (TEWL) contribuendo così al mantenimento della idratazione cutanea.

In secundis il FILM IDROLIPIDICO (pellicola che riveste la pelle) costituito da acqua, sebo e sudore.

E infine (ma non per importanza) il MICROBIOTA CUTANEO (di recente scoperta) che grazie al suo corredo di virus, lieviti e batteri “alleati” partecipa ai meccanismi difensivi inibendo la proliferazione dei microrganismi patogeni. Tutti i suoi componenti vivono in simbiosi con noi.

Come possiamo definire il dermobiota cutaneo?

Il dermobiota, può essere definito come “l'impronta digitale ” della nostra pelle. Esso non è uguale per tutti gli individui, ma varia in base ai seguenti fattori:

- età/sex/genotipo dell'ospite
- dieta/ambiente/condizioni igieniche
- topografia (zone del corpo)
- patologie concomitanti (es. diabete)

Quando si forma il microbiota cutaneo?

Il suo sviluppo ha inizio nel momento del parto, quando il feto passa da un ambiente sterile interno a quello esterno, contaminandosi durante il passaggio nel canale vaginale materno ed anche attraverso il meconio.

Articolo pubblicato dalla Dott.ssa Simona Nichetti

Vai all'articolo originale: [wonderyou](http://wonderyou.it)