

VIVERE MEGLIO CORPO E ANIMA



Nuovo!

vitality

solo

1,50

euro

Emozioni

- > Riscoprire la tenerezza
- > Allargare lo sguardo (dentro e fuori di sé)

Manovre di primavera

- > Perdere 6 kg
- > Limare la cellulite
- > Alzare i punti critici

Inquietudini (le nostre)

- > Capirle per trasformarle in potenzialità

Sensazioni

- > Riportare il corpo all'aria aperta e tonificarlo

(Buone) novità

- > Lo yoga che aiuta il sesso
- > La dieta che migliora l'umore

Osare
il cambiamento

N. 5 Maggio 2004 Euro 2,60
Mensile - Sped. Abb. Post. 45% - Art. 2 comma 20/b
Legge 662/96 - Filiale di Milano
Italia Euro 2,60 - Francia Euro 6,00 - Grecia Euro 3,70
Spagna Euro 3,70 - Svizzera Sfr 6,00
Svizzera Ticino Sfr 6,00 - Monaco Princ. Euro 6,00
Germania Euro 5,50 - Gran Bretagna Gbp 2,70

0504



il dermatologo

Problemi & soluzioni

di Antonino Di Pietro

Allume di rocca antisudore

Se l'alone di sudore sotto le ascelle macchia abiti, t-shirt e camicette, c'è un rimedio facile ed efficace: la polvere o i cristalli di allume di rocca. Preparata dal farmacista, la polvere si può utilizzare tutte le mattine, spalmandone una presa sulla pelle umida dopo essersi lavate le ascelle. Elimina il cattivo odore e l'eccesso di sudore grazie alla sua azione astringente sulle ghiandole sudoripare. Il rimedio è adatto soprattutto a chi ha un sudore molto persistente o è allergico ai deodoranti.

Dal pianeta ricerca

di Adele Sparavigna

Capelli all'indice

Il colore dei capelli è determinante nella classificazione del fototipo, l'indice che serve per prevedere le reazioni della pelle sotto il sole. Lo ha evidenziato uno studio su 3.765 soggetti effettuato in Germania dal Dipartimento di dermatologia dell'Università di Gottingen. I ricercatori hanno messo in relazione tra loro tutte le altre variabili, oltre al colore della pelle, che possono determinare la sensibilità ai raggi Uv: colore dei capelli, dell'iride, lentiggini. In particolare è emerso che nel caso di capelli biondi e castani, i più frequenti in Europa, la presenza di lentiggini serve per avere una distinzione tra un fototipo e l'altro ancora più precisa, mentre il colore dell'iride non fornisce alcuna informazione supplementare. I vantaggi della scoperta: offrire al dermatologo una valutazione del fototipo sempre più attendibile.



Antonino Di Pietro,
dermatologo plastico,
presidente Ispiad

Cellulite ora zero

GRAZIE ALLA LECI-LISI. UN NUOVO METODO
CHE RIDUCE I CUSCINETTI SU COSCE
E GLUTEI E RIMODELLA LA SILHOUETTE

Leci-lisi: una nuova metodica che sfrutta la proprietà di speciali sostanze di "sciogliere" gli accumuli di grasso e la cellulite. Recenti ricerche hanno infatti provato che alcuni derivati dalla lecitina (fosfolipide che gioca un ruolo chiave nel metabolismo dei grassi) hanno un'azione positiva sul ristagno dei liquidi e sulle cellule adipose migliorando i livelli di trigliceridi e colesterolo. In pratica riducono sensibilmente i depositi di grasso restituendo alla cute delle zone critiche (cosce, glutei, fianchi, addome, ginocchia) compattezza e tono.

Manovre a ventaglio Il dermatologo inietta nel tessuto adiposo in profondità la miscela di sostanze a base di lecitina molto lentamente, utilizzando aghi lunghi e sottili. Le manovre (4-5 infiltrazioni): a ventaglio per evitare che si formino accumuli. Il liquido assorbito dai tessuti, per imbibizione, stimola il metabolismo dei grassi (lipolisi) facilitando lo smaltimento dei depositi di trigliceridi e colesterolo, e dell'acqua. Le cellule così si sgonfiano e migliora il volume di gambe e addome. Effettuato senza anestesia, l'intervento dura una quindicina di minuti. Si avverte un leggero bruciore durante le infiltrazioni. Subito dopo si ha rossore diffuso che passa nel giro di mezz'ora. Nei giorni successivi occorre incrementare l'attività muscolare con il movimento fisico per stimolare ulteriormente la lipolisi e seguire una dieta ipocalorica. Per ottimizzare i risultati e facilitare la riduzione del gonfiore si può abbinare alla leci-lisi la microterapia: microiniezioni superficiali di una soluzione salina concentrata che richiama i liquidi in superficie favorendo il drenaggio. **Sedute e costi** Buoni risultati si ottengono con 4-5 sedute (100-150 euro l'una), a distanza di 15 giorni. Da abbinare a 10 sedute di microterapia (50-80 euro l'una) a distanza di una settimana l'una dall'altra.

A cura della Società Internazionale di dermatologia
plastica (Ispiad), tel. 02-86404227, www.ispiad.org