

## DVD: CLASSIFICHE E NOVITÀ

Chi è in testa • Ecco che cosa presto  
compreremo • I prezzi

### I 10 DVD PIU' VENDUTI

1	Kung Fu Panda 2 - di J. Yuh
2	Harry Potter e i doni della morte: Parte 2 - di D. Yates con D. Radcliffe
3	Cars 2 - di B. Lewis e J. Lasseter
4	Captain America: il primo vendicatore - di J. Johnston con C. Evans, H. Atwell
5	Harry Potter e i doni della morte: Parte 1 - di D. Yates con D. Radcliffe
6	Rapunzel - L'intreccio della torre - di B. Howard, N. Greno
7	The Tree of Life - di T. Malick con B. Pitt, S. Penn
8	I pinguini di Mr. Popper - di M. Waters con J. Carrey, C. Gugino
9	Lanterna Verde - di M. Campbell con R. Reynolds, B. Lively
10	Pirati dei Caraibi: oltre i confini del mare - di R. Marshall con J. Depp

Dati forniti da [www.ibs.it](http://www.ibs.it)

### I 10 DVD PIU' NOLEGGIATI

1	Kung Fu Panda 2 - di J. Yuh
2	Captain America: il primo vendicatore - di J. Johnston con C. Evans, H. Atwell
3	Lanterna Verde - di M. Campbell con R. Reynolds, B. Lively
4	Una notte da leoni 2 - di T. Phillips con B. Cooper, E. Helms
5	Your Highness - di D.G. Green con D. McBride, J. Franco
6	Hypnosis - di D. Tartarini, S.J. Cerri Goldstein con D. Virgilio, F. Ceci
7	Cose dell'altro mondo - di D. Patierno con D. Abatantuono, V. Mastandrea
8	Le amiche della sposa - di P. Feig con K. Wiig, M. Rudolph
9	Come ammazzare il capo...e vivere felici - di S. Gordon con J. Bateman, C. Day
10	Harry Potter e i doni della morte: Parte 2 - di D. Yates con D. Radcliffe

Dati forniti da Blockbuster

### I DVD CHE PROSSIMAMENTE VEDREMO

**A Dangerous Method (euro 19,99)** Zurigo, 1904: lo psicanalista Carl Gustav Jung cede alla passione per una paziente, l'affascinante Sabina. Tratto da una storia vera, dal 25 gennaio.



**Dawn Anna: Più forte del destino (euro 15,99)** Dawn è una insegnante e da sola, con le sue sole forze, mantiene i suoi quattro figli: ma l'attende una prova difficile. In Dvd dal 17 gennaio.



**30 Minutes or Less (euro 14,99)** Un criminale costringe un insegnante e un fattorino a rapinare una banca: hanno trenta minuti o moriranno. Un film ad alta tensione, dal 17 gennaio.



**Chatroom - I segreti della mente (euro 16,99)** Il diciassettenne William cura un sito Internet dove altri adolescenti si sfogano, ma non è il ragazzo posato che sembra essere. Dal 25 gennaio.



## I SEGRETI DI UNA PELLE DA STAR

di Antonino Di Pietro



Il dermatologo delle "stelle"  
Antonino Di Pietro svela anche  
a noi i segreti per avere  
una pelle fresca come quella  
dei protagonisti della TV

**S**arà a causa dello stress, ma ultimamente la qualità del mio sonno è cambiata: dormo meno e ho notato che la mia pelle è più opaca e sensibile. Esiste una relazione tra il sonno e la salute della pelle?

Alessia

Sì, esiste, lo confermo. La nostra pelle è molto condizionata dai ritmi biologici, che a loro volta sono regolati dalla concentrazione degli ormoni nel sangue. Recentissimi studi di dermatologi americani hanno mostrato addirittura che in certi momenti della giornata la pelle è più resistente alle sostanze che possono provocare il cancro e in altri momenti lo è meno: segue i cosiddetti ritmi circadiani, cioè l'alternanza di periodi di sonno e quelli di veglia. Così, è molto probabile che un cambiamento nelle proprie abitudini per quanto riguarda il sonno abbia ripercussioni sulla funzionalità della pelle. In particolare, influisce sul ciclo riproduttivo dei cheratinociti, le cellule che difendono la pelle dalle aggressioni provenienti dal mondo esterno. Ogni alterazione del sonno comporta una variazione della quantità prodotta di ormone della crescita, che è il regolatore, tra l'altro, della vita dei cheratinociti. Così il loro rinnovamento rallenta: e la pelle può diventare più spessa e opaca, diminuendo allo stesso tempo le proprie capacità di difesa. E questo, inevitabilmente, si traduce in una maggiore esposizione a fenomeni di sensibilità e infiammazioni. Un motivo in più per interve-

nire subito e cercare di ritrovare velocemente il buon sonno perduto.

\*\*\*

**V**orrei da lei un parere spassionato. Da una parte vorrei fare qualche intervento estetico per migliorare lo stato della mia pelle, che non è più giovane. Dall'altro sono un po' perplessa perché sui giornali vedo davvero troppe facce rifatte, tutte uguali. Se mi decidessi a intervenire, come devo comportarmi nel rapporto con il medico?

Riccarda

Indipendentemente dal tipo di trattamento che sceglierà, una cosa deve sempre fare: chiedere allo specialista di spiegarle gli effetti collaterali delle terapie proposte e anche i risultati minimi e massimi ottenibili e la loro ragionevole durata. Non accetti poi di farsi iniettare sostanze non riassorbibili, come silicone, metacrilati, plexiglass, che in diverse occasioni favoriscono la formazione di granulomi, infiammazioni locali causati da queste sostanze che il corpo non sopporta. Deve poi essere sicura che lo specialista al quale si rivolge sia un professionista certificato: verifichi che il medico abbia un attestato di specializzazione universitaria o un master universitario, che sarà lieto di mostrarle. Ricordi, infine, che anche il più piccolo intervento lascia comunque qualche piccolo segno e che i risultati finali non sono mai prevedibili al cento per cento, con assoluta sicurezza.