

## DVD: CLASSIFICHE E NOVITA'

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

### I 10 DVD PIU' VENDUTI

- 1 **Sherlock Holmes: gioco di ombre** - di G. Ritchie con R. Downey Jr.
- 2 **Midnight in Paris** - di W. Allen con O. Wilson, K. Bates, A. Brody
- 3 **Il Gatto con gli stivali** - di C. Miller
- 4 **Il cuore grande delle ragazze** - di P. Avati con C. Cremonini, M. Ramazzotti
- 5 **Miracolo a Le Havre** - di A. Kaurismäki con A. Wilms, K. Outinen
- 6 **The Artist** - di M. Hazanavicius con J. Dujardin, B. Bejo
- 7 **Bar Sport** - di M. Martelli con C. Bisio, G. Battiston
- 8 **Captain America: il primo vendicatore** - di J. Johnston con C. Evans
- 9 **Quando la notte** - di C. Comencini con C. Pandolfi, F. Timi
- 10 **One Day** - di L. Scherfig con A. Hathaway, J. Sturgess

Dati forniti da [www.ibs.it](http://www.ibs.it) - Film della stagione 2011/2012

### I 10 DVD PIU' NOLEGGIATI

- 1 **The Help** - di T. Taylor con E. Stone, V. Davis, O. Spencer
- 2 **(S)ex List** - di M. Mylod con A. Faris, C. Evans
- 3 **L'ora nera** - di C. Gorak con E. Hirsch, O. Thirby
- 4 **Alvin Superstar 3: si salvi chi può** - di M. Mitchell con J. Lee, J. Long
- 5 **Il Gatto con gli stivali** - di C. Miller
- 6 **Real Steel** - di S. Levy con H. Jackman, E. Lilly
- 7 **Le avventure di Tintin: il segreto dell'Unicorno** - di Steven Spielberg
- 8 **Cowboys & Aliens** - di J. Favreau con D. Craig, H. Ford
- 9 **Super 8** - di J.J. Abrams con E. Fanning, K. Chandler
- 10 **L'alba del pianeta delle scimmie** - di R. Wyatt con J. Franco, J. Lithgow

Dati forniti da Apple iTunes   Film della stagione 2011/2012

### I DVD CHE PROSSIMAMENTE VEDREMO

**Mission: Impossible - Protocollo fantasma (euro 18,99)** La nuova missione dell'agente speciale Ethan Hunt è scongiurare una guerra mondiale. In Dvd dal 23 maggio.



**Emotivi Anonimi (euro 14,99)** La timidissima maestra cioccolataia Angélique perde il suo lavoro in una pasticceria: ne trova un altro in una fabbrica di cioccolato. Dal 23 maggio.



**Le idi di marzo (euro 14,99)** Stephen cura la campagna elettorale di un candidato alla presidenza degli Stati Uniti, ma presto scopre che il politico ha un lato oscuro. In Dvd dal 23 maggio.



**Trespass (euro 14,99)** Nicolas Cage è Kyle, commerciante di diamanti: una notte, la sua villa viene invasa da una banda di malviventi che cercano la cassaforte. Disponibile in Dvd dal 23 maggio.



## 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*

**P**oiché ormai la bella stagione è alle porte, vorrei fare tutto quanto è possibile, e che sia efficace, contro la cellulite per arrivare al meglio a luglio. Faccio sport, massaggi, uso le migliori creme. Che cos'altro mi consiglia? Ci sono cibi che fanno bene e che posso consumare per migliorare ulteriormente il mio aspetto?

*Elisabetta*

Una sana alimentazione giova quando è costante e la si segue sempre, per anni. Quindi per avere risultati contro la cellulite bisogna essere molto rigorosi, e certo non può attendersi di risolvere il problema in poche settimane. Posso comunque suggerirle qualche efficace strategia per eliminare il tipico gonfiore alle gambe causato dalla ritenzione idrica e dalla cattiva circolazione. Nella sua alimentazione quotidiana devono apparire fragoline, more e ribes, frutti di bosco che contengono vitamine C e A, sostanze che favoriscono la circolazione e contrastano la formazione delle varici, e poi anche antociani e bioflavonoidi, sostanze che rinforzano le pareti dei vasi sanguigni impedendo che dalle cellule della pelle fuoriesca il liquido responsabile dei gonfiori. Inoltre dovrebbe inserire nella sua alimentazione mele e meloni, che hanno una azione diuretica, e poi l'ananas, che, grazie alla bromelina, una sostanza in esso contenuto, è un efficace antinfiammatorio. Riduca il consumo di sale, al massimo un pizzico al giorno, tenendo conto che molti cibi

ne contengono già una piccola quantità in natura. Infine, beva tanta acqua: è l'elemento depurativo che diluisce il sale presente nei tessuti.

\*\*\*

**I**n questo fine settimana, con la prima "prova bikini", mi sono accorta che un neo sul mio seno è diventato più grande rispetto all'anno scorso. Non mi piace, come posso toglierlo? Può essere pericoloso?

*Desy*

In nei sono perfettamente naturali e, di norma, non sono affatto pericolosi. Alcuni nei presenti sin dalla nascita possono accrescere le loro dimensioni fino all'età adulta. Normalmente, come abbiamo detto, sono di natura benigna, ma è veramente importante sapere distinguere un semplice neo da un melanoma, che invece è un pericoloso tumore maligno. Prima di pensare a come rimuovere un neo, quindi, è importante capire di che cosa si tratta realmente. E questo può farlo soltanto uno specialista dermatologo, durante una visita. Nel caso in cui il neo sia benigno, l'ipotesi assolutamente più probabile, toglierlo non è un problema, qualunque sia la sua forma o dimensione. Il più delle volte si può asportare con uno speciale tipo di laser detto CO2, applicando poi un cerotto da togliere dopo qualche giorno. Il qualche altro caso va rimosso per escissione, cioè tagliandolo con un bisturi. Ma la procedura più adatta per eliminarlo deve essere stabilita dal dermatologo.