

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

Per mia sfortuna, dopo qualche intervento chirurgico e un piccolo incidente, ho il corpo segnato da cicatrici. Perché in alcuni casi la mia pelle si è rimarginata bene, quasi senza lasciare segno, mentre in altri ha un aspetto irregolare, davvero sgradevole?

Aldo

Le cicatrici sono tessuti fibrosi che il corpo forma per riparare una ferita: sono provocate dal processo di proliferazione, cioè di moltiplicazione, delle cellule del derma e dell'epidermide, gli strati che costituiscono la pelle. In questo processo, però, possono avvenire alcune alterazioni che, secondo il grado d'intensità, possono "disturbare" il processo di riparazione: e così si hanno discromie, cioè cambiamenti del colore della pelle, cicatrici superficiali leggermente rilevate, e infine cicatrici molto spesse che prendono il nome di cheloidi. Questi si creano quando il collagene e i fibroblasti, cioè i "mattoni" che la pelle usa per la riparazione, continuano a moltiplicarsi anche dopo la rimarginazione della ferita: quando questo avviene, si ingrandisce il volume della lesione. Per ridurre o attenuare i cheloidi si può ricorrere, sotto lo stretto controllo dello specialista dermatologo, a trattamenti a base di cortisone o a interventi con laser frazionato che danneggiano selettivamente alcune microzone della pelle. Questo fa partire un processo di rigenerazione che, nel tempo, riduce le dimensioni del cheloide.

Sono entrata nel quarto mese di gravidanza: tutto va bene, ma ho notato che la mia cellulite, che era leggerissima, in qualche settimana è peggiorata. Che cosa posso fare per rimediare senza danneggiare la salute del mio bambino?

Natalia

Alla base della cellulite c'è sempre una situazione di cattiva circolazione del sangue nella zona interessata: e, con la gravidanza, è noto che la circolazione peggiora. Nella fase iniziale della cellulite, il ristagno di liquidi si manifesta soprattutto con il gonfiore e la pesantezza alle gambe, mentre con il passare del tempo si crea un'infiammazione dei tessuti che formano noduli duri e dolorosi, dando alla pelle il caratteristico aspetto a buccia d'arancia. Che cosa può fare in questo momento così particolare? Cominci dall'alimentazione: riduca il consumo di sale e aumenti quello di acqua. Scegli alimenti depurativi e antinfiammatori, come lattuga, pomodori, ananas, e altri con flavonoidi, come more, mirtilli, fragoline, che rinforzano i capillari. Si può poi sottoporre a un ciclo di massaggi linfodrenanti, eseguiti da un esperto, per eliminare le tossine e riattivare la circolazione. Raccomando poi un po' di attività fisica: bicicletta, acquagym, nuotate o passeggiate in mare con l'acqua fino ai polpacci. La pressione dell'acqua sul corpo riattiva la circolazione, ha un effetto snellente e in più rassoda i muscoli.

DVD: CLASSIFICHE E NOVITÀ

Chi è in testa • Ecco che cosa presto comprenderemo • 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	The Help - di T. Taylor con E. Stone, V. Davis, O. Spencer
8	Captain America: il primo vendicatore - di J. Johnston con C. Evans
9	J. Edgar - di C. Eastwood con L. DiCaprio, E. Westwick
10	This Must Be the Place - di P. Sorrentino con S. Penn, F. McDormand

Dati forniti da 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	L'ora nera - di C. Gorak con E. Hirsch, O. Thirlby
3	Alvin Superstar 3: si salvi chi può - di M. Mitchell con J. Lee, J. Long
4	(S)ex List - di M. Mylod con A. Faris, C. Evans
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 S. Spielberg
8	L'alba del pianeta delle scimmie - di R. Wyatt con J. Franco, J. Lithgow
9	Cowboys & Aliens - di J. Favreau con D. Craig, H. Ford
10	Professione assassino - di S. West con J. Statham, B. Foster

Dati forniti da Apple iTunes Film della stagione 2011/2012

I DVD CHE PROSSIMAMENTE VEDREMO

Muppet (euro 15,99) Servono dieci milioni di dollari per salvare il teatro dei Muppet: tre loro grandi fans li aiutano a creare un nuovo, grande Muppet Show. In Dvd dal 30 maggio.



War Horse (euro 17,99) Il regista Steven Spielberg racconta la grande storia del cavallo Joey, dalla campagna inglese alle trincee della Prima guerra mondiale. In Dvd dal 30 maggio.



Albert Nobbs (euro 17,99) Nella Dublino dell'Ottocento, il cameriere Albert nasconde un segreto: in realtà è una donna, e si finge uomo per guadagnarsi da vivere. Dal 24 maggio.



Ng Bak 3 - The Final Battle (euro 14,90) Nel terzo e ultimo film di questa serie dedicata alle arti marziali orientali l'eroe Tien viene riportato in vita: combatterà per la libertà. Dal 6 giugno.

