

SETTIMANALE

€ 1,00 (IVA INCLUSA)

DIPIU

17 LUGLIO 2017 - N. 28

CANTIERI EDITORIALE

Programmi TV fino al 16 luglio

Per ricordare Modena Park



VASCO

- Questa foto-gigante da staccare
- Anche se è guarito parla spesso dell'Aldilà



GIORGIO

Gemma, mi sono dato a donne bellissime



PAOLO VILLAGGIO

Il figlio racconta i suoi brutti ultimi anni



BERLUSCONI

Parla la ragazza che provocò il suo divorzio



NICOLA CANONICO
Il battesimo del figlio

Diritto da Sandra Mayer



1
EURO

MANZONI
La sua poesia



Il clamoroso racconto di Justine Mattera

**PAOLO LIMITI E IO
CI SPOSAMMO PER AMORE
E, FISICAMENTE,
LUI MI SENTIVA MOLTO**

nonostante la differenza di età: lui 58 anni, io 27

I segreti di una PELLE da star

di Antonino Di Pietro



Il dermatologo delle "stelle" svela i segreti per avere una pelle fresca come quella delle celebrità

• **Sudore: meno carne e fritti • Dermatite seborroica: prendete il sole • Dopo la doccia**

Come ogni estate, è tornato l'incubo sudore. Che cosa mi consiglia per sudare di meno e per eliminare i cattivi odori?

Antonio

Per diminuire la sudorazione, le suggerisco innanzitutto di indossare abiti che favoriscano la traspirazione. Perciò, le consiglio di evitare gli indumenti sintetici, che provocano surriscaldamento corporeo, e di usare vestiti di lino, di seta o di cotone. Le suggerisco anche di non mangiare cibi che possono aumentare il calore interno del corpo, come carni rosse, fritti, formaggi grassi e piatti speziati. Per curare l'igiene, oltre a lavarsi spesso, le consiglio di asciugare la pelle con cura, soprattutto le zone come ascelle e piedi, che facilitano il ristagno dell'umidità, divenendo l'ambiente ideale per la proliferazione di germi e di batteri, causa di cattivi odori. Infine, le suggerisco di depilare le ascelle sia per applicare i deodoranti più facilmente sia per evitare che i peli trattengano i batteri, provocando odori sgradevoli.

Da qualche mese soffro di dermatite seborroica. In vacanza posso prendere il sole o è meglio evitare?

Claudio

Il sole ha un effetto positivo sulla pelle affetta da dermatite seborroica. Quindi può prenderlo senza problemi. Ovviamente, anche per lei valgono le normali regole da seguire quando ci si espone. Perciò, le consiglio di abbronzarsi con gradualità, senza restare al

sole per troppo tempo ed evitando le ore più calde della giornata, dalle 11 alle 16 circa. Poi, le suggerisco di garantire alla pelle una corretta idratazione, bevendo almeno due litri di acqua al giorno da integrare possibilmente con centrifugati di frutta e verdura fresche. Inoltre le consiglio di proteggere la pelle con prodotti adeguati, da scegliere su consiglio del suo dermatologo, che conosce la sua situazione personale. Le suggerisco di applicare le creme ogni due ore e sempre dopo ogni doccia e bagno in mare.

Quali prodotti posso applicare sulla pelle dopo la doccia?

Aurora

Dopo avere fatto la doccia, è importante restituire alla pelle il giusto tasso di idratazione, rivitalizzandola. Diverse sostanze possono essere utili per raggiungere lo scopo. Le consiglio, per esempio, i prodotti a base di acido ialuronico, capace di idratare la pelle in profondità conferendole un aspetto turgido e sano. Le suggerisco anche creme con proprietà emollienti e lenitive con sostanze come il burro di karité. Ottimi sono anche i prodotti contenenti Fosfidina, complesso naturale che combina fosfolipidi estratti dalla soia e glucosamina. Le ricordo che la crema va applicata su tutto il corpo, dopo averlo asciugato con cura. Le consiglio di non trascurare le zone più nascoste come l'interno coscia e le ascelle, dove dopo la doccia le riserve idriche presenti sulla pelle tendono a evaporare, provocando una fastidiosa secchezza.