

SETTIMANALE

€ 1,00 (IN ITALIA)

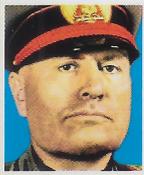
DIPLOMA

7 AGOSTO 2017 - N. 31

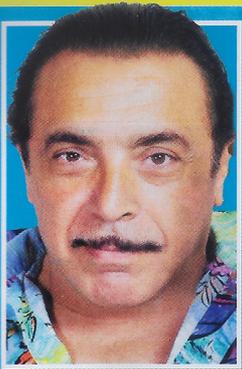
CAIRO EDITORE

Programmi TV fino al 6 agosto

C'è ancora di mezzo Mussolini



SGARBI CONTRO BOLDRINI



NINO FRASSICA
Per una bibita
ghiacciata
sono finito
all'ospedale



**GIGI D'ALESSIO
E LA TATANGELO**
Ci siamo
lasciati



Roberta
contro Manetti
**GIORGIO
VERGOGNATI**



FAGIOLI
Proteggono la vista

1
EURO



Diretto da
Sandro
Mayer



**WALTER
NUDO
RITORNA**

"Ora faccio
il cantante"

"Medito
nell'acqua,
con le filosofie
orientali"



"I miei figli
sono due stelle
della danza: uno
ha ballato con Bolle"



ISSN 1124-0348

70031

9 1771824 034007

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

• **Radiazioni: assumete integratori** • **Rasatura: prima ammorbidite i peli** • **Zanzare: applicate ghiaccio**

Ho letto che gli integratori aiutano a proteggere la pelle dalle radiazioni più dannose. È vero?

Veronica

Sì, è vero. Se non si riesce a reperirli attraverso l'alimentazione, gli integratori fotoprotettivi possono fornire quegli elementi necessari per la protezione della pelle di cui si potrebbe essere carenti. Le consiglio però caldamente di non assumere mai integratori di sua iniziativa ma di seguire le indicazioni del suo dermatologo o del suo medico curante. Infatti, non è necessariamente detto che lei abbia carenze di nutrienti protettivi. Inoltre, gli integratori vanno sempre prescritti in base alle caratteristiche specifiche di chi li assume, seguendo quindi determinati parametri come il peso corporeo e le condizioni generali di salute. Nel caso specifico degli integratori fotoprotettivi, vanno anche tenuti in considerazione il fototipo, lo stato di idratazione della pelle e il livello di invecchiamento.

Mi dà qualche consiglio per non irritare la pelle del viso, dal momento che ho l'abitudine di radermi tutti i giorni?

Claudio

Per prima cosa, le consiglio di scegliere una schiuma da barba o una mousse densa. Infatti, più i prodotti sono corposi e più sono capaci di trattenere l'acqua, rendendo il pelo più morbido e facilitando così il passaggio del rasoio. In questo mo-

do, diminuiscono le probabilità che compaiano irritazioni. Alla fine della rasatura, le suggerisco di sciacquare il volto con cura, eliminando ogni residuo di schiuma e di peli. Le consiglio poi di applicare prodotti con principi attivi capaci di ripristinare il corretto tasso di idratazione della pelle e di favorire la produzione di collagene ed elastina, due sostanze fondamentali per la salute e la bellezza della pelle. Le suggerisco di scegliere formulazioni ricche di acido ialuronico, fosfolipidi e glucosamina.

Come ogni estate, le zanzare mi tormentano. Mi dà qualche consiglio naturale per alleviare il prurito causato dalle loro punture?

Giulia

Appena è punta, le suggerisco di applicare sull'area colpita un cubetto di ghiaccio avvolto in un fazzoletto, per pochi secondi alla volta. Infatti, il ghiaccio aiuta a combattere il prurito. Se dopo l'applicazione, riesce a non grattarsi per i primi dieci minuti, ci sono buone probabilità che non avrà ulteriori disturbi. Per bloccare l'irritazione, le suggerisco anche di applicare una crema a base di alukina, sostanza naturale diffusamente usata per la dermatite seborroica, che però si è dimostrata molto efficace anche contro le punture di zanzara, in virtù delle sue proprietà antinfiammanti e lenitive. Infine, le consiglio di non grattare le zone interessate dalle punture per evitare la comparsa di fastidiose infezioni.