

SETTIMANALE

€ 1,00 (IN ITALIA)

DIPIU

31 LUGLIO 2017 - N. 30

CAIRO EDITORE

Programmi TV fino al 30 luglio

PRESSIONE
Combattetela
mangiando frutta

IL ROMANZO
"CIME TEMPESTOSE"

Diretto da
Sandro
Mayer



1
EURO



ISSN 1824-0348 70030
9 771824 034007



VASCO

Due servizi su di lui

PARLA
IL FIGLIO DAVIDE



Papà ha voluto
il mio Dna

SGARBI A BONOLIS



Sei stato
patetico al suo
concerto



IL CASO
LUCARELLI
CANALIS



IL FUOCO distrugge
il Paese



Il Volo
GIANLUCA
con Mercedes,
figlia di Eva Henger,
l'ex pornstar

IL GELATO aiuta
la memoria



Raimondo Todaro
IN QUESTA VACANZA
DEVO RICONQUISTARE MIA MOGLIE

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

• Occhiaie: mangiate frutti di bosco • Sudore: depilatevi • Rughe: iniezioni di acido ialuronico

Mi capita spesso di avere le occhiaie. Mi suggerisce qualche accorgimento per prevenirle?

Laura

Le consiglio di stare attenta al suo stile di vita. Infatti è importante evitare il fumo e l'eccesso di alcol. Le suggerisco poi di riposare a sufficienza e di evitare le situazioni di stress. Le consiglio anche di inserire nella sua alimentazione quotidiana alcuni cibi utili, a partire da quelli che favoriscono la microcircolazione. Ottimi sono, per esempio, i frutti di bosco, perché ricchi di bioflavonoidi, sostanze che favoriscono il corretto funzionamento dei vasi sanguigni. Le suggerisco gli alimenti ricchi di vitamina C, presente, per esempio, in kiwi, agrumi, peperoni e asparagi. Le consiglio infine i cibi che contengono vitamina K, poiché in grado di rinforzare le pareti dei capillari. Questa preziosa vitamina si può trovare in alimenti come uva, prugne, cetrioli e melanzane. Esternamente può utilizzare creme contenenti Fospidina, un ottimo composto rigenerante derivato dalla soia e dal guscio dei crostacei.

Che cosa mi suggerisce per diminuire la sudorazione che, d'estate, è un vero tormento?

Nicola

Le consiglio di indossare indumenti che favoriscano la traspirazione come abiti in seta, lino e cotone, evitando invece le fibre sintetiche, che aumentano il surriscaldamento del corpo e,

di conseguenza, anche il sudore. Le suggerisco poi di non mangiare cibi che accrescono il calore interno, come burro, carni rosse, piatti elaborati e speziati, fritti. Le consiglio di curare l'igiene personale, lavandosi più volte al giorno e depilando le ascelle. Infatti, i peli tendono a trattenere batteri e microrganismi che determinano la formazione di cattivi odori. Depilando le ascelle potrà anche facilitare l'applicazione dei deodoranti.

Ho appena compiuto quaranta anni e inizio ad avere un po' di rughe sul collo. Vorrei sottoporre a qualche trattamento non invasivo. Che cosa mi consiglia?

Paola

Per le rughe che compaiono sulla zona del collo, comunemente dette "collane di Venere", le suggerisco la metodica Overlap, che consiste in microiniezioni di acido ialuronico nelle pieghe della pelle. Una volta iniettata, questa sostanza, naturalmente presente nel corpo, è in grado di stimolare la produzione di collagene, di rigenerare i tessuti e di idratare la pelle in profondità, restituendole compattezza, tonicità ed elasticità. Un altro trattamento molto efficace è il Rimage, che si basa sull'azione combinata di tre energie biorigeneranti, l'elettroporazione, la radiofrequenza e gli infrarossi freddi, garantendo la formazione di acido ialuronico e di nuovo collagene e ridando così turgore alla pelle, con un risultato molto naturale.