

SETTIMANALE

€ 1,00 (IN ITALIA)

DIPIÙ

21 AGOSTO 2017 - N. 33

CAIRO EDITORE

Programmi TV fino al 20 agosto



BELEN

Lei dorme,
il figlio è sveglio

Diretto da
Sandro
Mayer



1
EURO

Un sondaggio rivela
LA NONNA
è la più amata della famiglia



E qui parlano nonne e nipoti celebri



TATANGELO

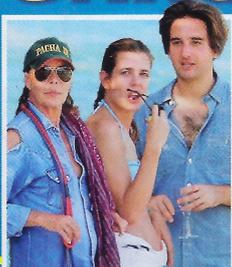
Ecco la causa
della rottura con Gigi



POMODORI

Combattono la vecchiaia

CAROLINA



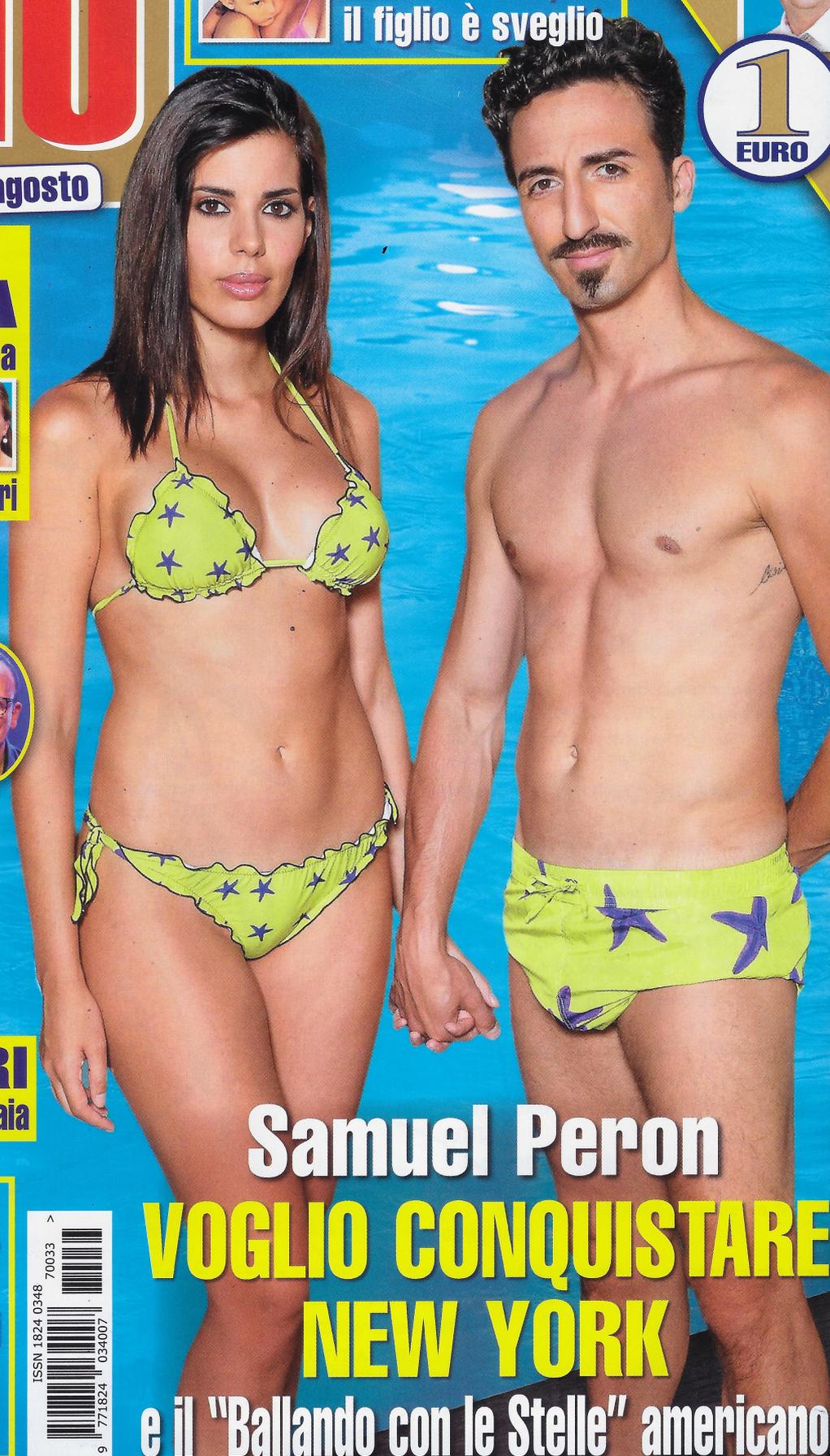
Charlotte,
presentami
il tuo
fidanzato



ISSN 1824 0348



9 771824 034007



Samuel Peron

VOGLIO CONQUISTARE NEW YORK

e il "Ballando con le Stelle" americano

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

• **Creme solari: applicatele più volte** • **Nei: come controllarli** • **Forfora: lavatevi così**

Tra pochi giorni sarò finalmente al mare. Ho letto che per non scottarsi, quando ci si espone al sole, bisogna applicare le creme protettive più volte al giorno. Perché una sola volta non è sufficiente?

Germana

Le creme protettive devono essere applicate più volte mentre si è spiaggia per un semplice motivo: nel corso della giornata il loro effetto può venire meno a causa del sudore, delle docce continue e dei bagni in mare. Questa regola vale anche per quei prodotti che presentano le diciture "waterproof" o "water resistant", cioè resistenti all'acqua. Se vuole salvaguardare la sua pelle, perciò, le consiglio di spalmare la crema ogni due ore circa e sempre dopo avere fatto la doccia o il bagno in mare. Eviterà spiacevoli imprevisti, come scottature ed eritemi.

Vorrei tenere sotto controllo i diversi nei che ho. Mi hanno detto che si può fare una specie di autoesame, seguendo la regola dell'ABCDE. Mi spiega di che cosa si tratta?

Claudio

La regola dell'ABCDE permette di verificare se un neo è sano o potenzialmente pericoloso, in base alle sue caratteristiche. La lettera A sta per "Asimmetria". I melanomi, a differenza dei nei sani, sono di solito asimmetrici: una metà della macchia può essere più grande dell'altra. La lettera B indica

i "Bordi": i bordi del melanoma sono irregolari, a cosiddetta "carta geografica", al contrario di quelli dei nei normali. La lettera C sta per "Colore": il neo sospetto presenta colori diversi, come nero, bruno e rosso. La lettera D indica la "Dimensione": un neo superiore ai sei millimetri è potenzialmente pericoloso. La lettera E sta per "Evoluzione": quando la macchia tende a modificare la propria forma, il colore o la superficie può indicare un melanoma. In presenza di una o più di queste caratteristiche, le consiglio di rivolgersi subito a un dermatologo per una visita accurata.

Ho problemi di forfora. Oltre a usare shampoo specifici, quali accorgimenti mi suggerisce quando lavo e asciugo i capelli?

Graziella

In presenza di forfora le consiglio di trattare con particolare dolcezza i suoi capelli. Perciò, quando lava la testa, le raccomando di non frizionare energicamente il cuoio capelluto per evitare di irritare ancora di più la pelle, scatenando una maggiore produzione di forfora. Mentre asciuga i capelli, le suggerisco di mantenere la temperatura del phon bassa e di usare l'apparecchio lontano dalla testa, in modo da non seccare la pelle con il calore e non stimolare la produzione di sebo, il cui eccesso favorisce la forfora. Per lo stesso motivo, durante l'asciugatura, faccia una pausa di qualche minuto per permettere alle cuticole di raffreddarsi.