

In Italia Euro 1,60

Intimità

10

**STORIE
VERE**

**+ UN ROMANZO
COMPLETO**

Questa
settimana
INTIMITÀ
anche con



LAVORO
Come
funzionano
i nuovi
voucher

SALUTE
Dislessia:
prima
la riconosci,
prima la curi

Serena

«La maternità
mi ha portato
fortuna»



ALESSIO BONI
«La mia battaglia
per le donne»



MANI SENZA ETÀ

Per farle restare giovani il più a lungo possibile, bisogna averne la massima cura. Sotto il profilo estetico, ma non solo

Sono il nostro biglietto da visita. Purtroppo, però, le mani spesso invecchiano prima di altre zone. Perché? «Di tutto il corpo sono la parte più stressata, - spiega il professor Antonino Di Pietro, dermatologo a Milano e direttore dell'Istituto dermoclinico Vita Cutis (www.istituto-dermoclinico.com), - poiché continuamente esposte al contatto con acqua e sostanze chimiche, al freddo, al vento e all'azione dei raggi ultravioletti. La pelle del dorso, inoltre, è sottile, delicata e tende a disidratarsi con estrema facilità. Ecco perché proprio le mani mostrano i segni dell'invecchiamento, prima di altre aree cutanee, perdendo morbidezza e riempiendosi di macchie e di antiestetiche rughe».

Conviene quindi averne molta cura, con attenzioni quotidiane. Innanzitutto, evitando il contatto diretto con gli agenti irritanti e disidratanti, quali polvere e detersivi, indossando sempre gli appositi guanti durante i lavori domestici.

Quanto ai prodotti idratanti specifici, vanno scelti con la stessa attenzione delle creme per il viso: leggiamo sempre le etichette prima di acquistarli. Le formulazioni più efficaci contengono sostanze antiossidanti, profondamente idratanti, ricompattanti e, al tempo stesso, capaci di prevenire inestetismi, rughe e

macchie, come l'acido ialuronico, i fosfolipidi, la glucosamina e la fospidina. La crema va applicata due volte al giorno, mattina e sera, massaggiando a lungo la pelle, e con delicatezza, per riattivare la circolazione sanguigna e garantire così nutrimento e ossigeno alla cute.

TRATTAMENTI INTENSI

In alcuni casi, la pelle delle mani può avere bisogno di un trattamento più intenso, quando appare particolarmente secca e screpolata, come avviene nei mesi freddi. Può essere, quindi, utile stendere la crema, per poi indossare dei guanti leggeri di polietilene (vanno bene anche quelli utilizzati al supermercato per l'acquisto di frutta e verdura). L'impacco va mantenuto per un'ora.

La pelle arida, secca e solcata da reticoli di rughe può essere anche prevenuta tenendola al riparo dall'aggressione dei raggi

ultravioletti, proteggendola ogni giorno con creme di fattore 50 d'estate e 20 o 30 nei mesi freddi.

CONTRO LE MACCHIE

Le cosiddette "lentigo senilis" sono legate al "cromoaging", il processo di invecchiamento spontaneo, connesso al patrimonio genetico e compagno, nella maggior parte dei casi, dopo i 50 anni, ma a volte anche a partire dai 35.

L'altro fattore che le fa

comparire e/o le peggiora è il sole, visto che interessano non solo il dorso delle mani, ma ogni zona non regolarmente protetta.

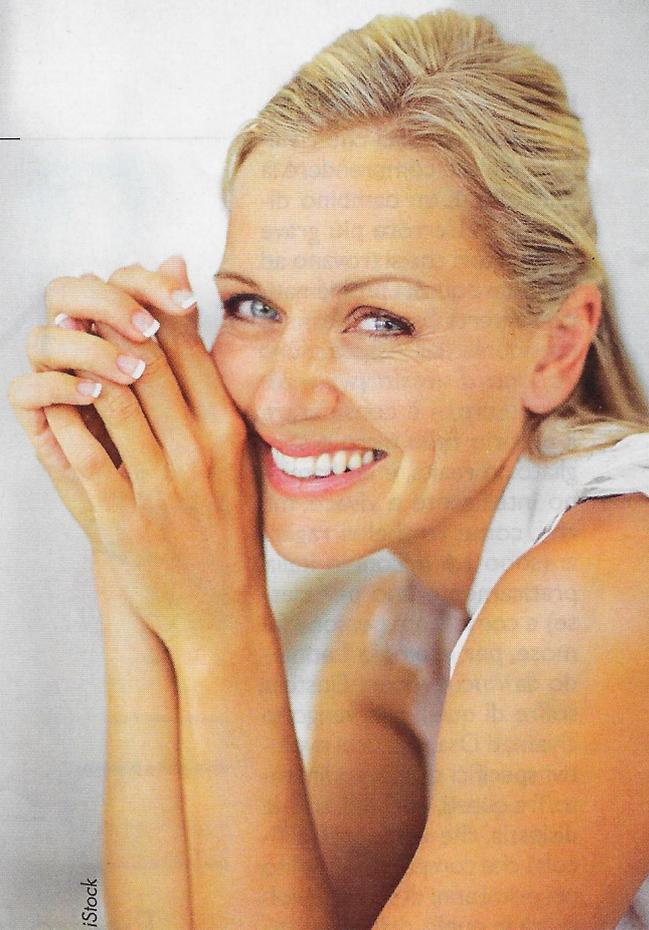
Per contrastarle, vale la pena puntare, sin da giovani, sulla prevenzione: divieto assoluto, quindi, di esporsi al sole senza l'uso di adeguati prodotti protettivi e, comunque, attenzione lo stesso a un'esposizione graduale, cominciando da mezz'ora il primo giorno ed evitando, anche una volta abbronzate, le ore centrali, dalle 11 alle 16. Sì, inoltre, alla costante idratazione della pelle.

Una volta comparse, le macchie si possono cancellare con varie metodiche tra cui laser (forse da preferire), radiofrequenza focalizzata, luce pulsata e crioterapia. Una volta eliminate, non si riformano sulla stessa area trattata, ma questo non esclude che non comparino in altre zone.

Paola Tiscornia

Dalle microiniezioni al laser

Ci sono altre due metodiche "ringiovanenti". «Una è la tecnica Overlap, - annota il professor Di Pietro, - incentrata su microiniezioni di acido ialuronico sul dorso, fra un tendine e l'altro: il risultato saranno mani più morbide e giovani. Basteranno due sedute iniziali e poi una ogni tre mesi, al costo di circa 400 euro l'una». Un'altra tecnica è il laser per il ringiovanimento cutaneo, per rinnovare lo strato superficiale della pelle, attenuare rughe e altri inestetismi, aumentare l'elasticità del derma. Si effettua una seduta l'anno. Il costo di quest'ultima tecnica è di circa 1.000 euro.



Stock