

SETTIMANALE

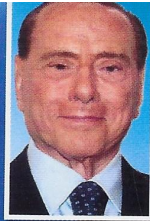
€ 1,00 (IN ITALIA)

DIPIU

27 NOVEMBRE 2017 - N. 47

CAIRO EDITORE

Programmi TV fino al 26 novembre



BERLUSCONI
C'è perfino un musical
a teatro sulla sua vita

1
EURO



Diretto da
Sandro
Mayer

AZZURRI



Le lacrime
dopo la disfatta

VACCINO CONTRO L'INFLUENZA

Giovanni Ciacci solleva un caso



Così a "Ballando
con le Stelle"?

MILLY

Fammi ballare
con un uomo

VALENTINO



A fumetti
la poesia
di Pascoli

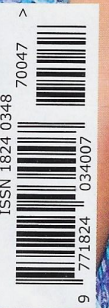


CHE VERGOGNA, CECILIA

**Cambi amore come
si cambia canale:
sei proprio una sirena
come tua sorella Belen**

LETTERA DI FUOCO DI SIMONA IZZO

**E al paese di Francesco Monte gridano:
"Non farti più vedere da queste parti"**



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

• **Montagna: usate creme protettive** • **Calli: i tacchi sono nocivi** • **Pomodori: fanno bene alla pelle**

Quest'anno farò un corso di sci in montagna. È vero che devo applicare una crema protettiva, pur essendo inverno?

Lorena

Indubbiamente, se tiene alla salute della sua pelle. Prima di raggiungere le piste da sci, le consiglio di applicare sul viso una crema protettiva, scegliendo il fattore più adatto a seconda della sua carnagione. Se ha la pelle scura può optare per un fattore tra dieci e venticinque. Se ha la carnagione chiara, le suggerisco una crema a schermo totale. Inoltre le consiglio di applicare il prodotto con una certa frequenza, almeno ogni due o tre ore, insistendo sulle aree molto delicate come fronte, mento, naso e lobi delle orecchie, che sono più soggette al rischio di scottature. Infine, le suggerisco di proteggere con cura anche le labbra, utilizzando gli appositi stick in commercio.

Ultimamente mi compaiono calli sui piedi. Secondo lei, può dipendere dal fatto che uso scarpe strette e con i tacchi alti?

Diana

Sì, può dipendere dalle scarpe. Infatti, quando la pelle dei piedi è sottoposta a pressioni eccessive o a sfregamenti dovuti alla tipologia di calzature indossate, i calli si creano con più facilità. Per fortuna i calli non sono pericolosi, ma quando raggiungono una cer-

ta grandezza possono causare parecchio dolore. Per eliminarli le consiglio di fare pediluvii mettendo acqua tiepida in una bacinella e aggiungendo un cucchiaino di bicarbonato. Dopo avere lasciato i piedi in ammollo per un quarto d'ora, le suggerisco di asciugarli bene e di passare poi sui calli una pietra pomice, per una decina di volte. Infine, per evitare che i calli continuino a comparire, le consiglio di eliminare la causa alla radice. Perciò le suggerisco di non usare esclusivamente scarpe strette e con i tacchi alti ma di iniziare a utilizzare anche calzature comode.

Vorrei sapere se, come mi è stato detto da una amica, è vero che i pomodori fanno bene alla pelle.

Silvana

Sì, è vero. I pomodori sono un vero toccasana per la salute della pelle, grazie alle sostanze in essi contenute. Fra i loro nutrienti, va innanzitutto ricordato il licopene, di cui sono ricchi buccia, polpa e semi. Si tratta di un betacarotene che garantisce notevoli effetti antiossidanti, aiutando così a contrastare la formazione dei radicali liberi. I pomodori sono poi ricchi di vitamina C, che protegge l'integrità dei vasi sanguigni e aumenta le difese della pelle, di vitamina A, capace di mantenere sane le mucose e la pelle, e di vitamine del gruppo B, regolatrici delle funzioni biologiche dell'organismo.