

SETTIMANALE

€ 1,00 (IN ITALIA)

DIPIÙ

25 DICEMBRE 2017 - N. 51

CAIRO EDITORE

Programmi TV fino al 24 dicembre

1
EURO



Diretto da
Sandro Mayer



TU SCENDI DALLE STELLE
Il fumetto della poesia
scritto da Sandro Mayer

LA PIZZA NAPOLETANA
è patrimonio dell'umanità

CORINNE CLERY

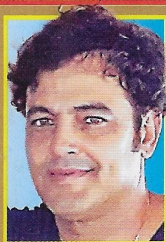


Amore mio, farò
scompare
dalla nostra casa

le ceneri di mio marito



LA PRIMA ALLA SCALA
Foto, curiosità, retroscena



MILTON
Mi hanno
arrestato
in America

IL BALLERINO RACCONTA LA SUA BRUTTA AVVENTURA



Come
ogni anno,
da dodici anni,
la copertina
delle feste
è con Matilde
Brandi
e le sue figlie

NATALE
davanti all'albero di Matilde Brandi
SONO GIÀ SIGNORINE LE GEMELLE
CRESCIUTE DA "DIPIÙ"

ISSN 1824 0348
70051
9 771824 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

• Smagliature: fa bene la biostimolazione • Capelli: assumete vitamine • Mani: la crema sia idratante

Ho alcune smagliature di vecchia data. So che non si possono cancellare ma mi piacerebbe attenuarle il più possibile. Quali trattamenti mi consiglia?

Simona

Uno dei trattamenti più utili per attenuare le smagliature datate, definite in termini medici "cicatrizziali", è la biostimolazione con acido ialuronico. La terapia consiste in microiniezioni di questa sostanza naturale che, penetrando nei tessuti, favorisce la produzione di elastina e di collagene. In questo modo si riesce a migliorare la tonicità della pelle e a favorire l'idratazione in profondità. Sulle smagliature si può anche intervenire con il laser frazionato o con la fotobiostimolazione led, una terapia basata sull'uso di particolari lampade che emettono luci monocromatiche in grado di stimolare l'attività delle cellule della pelle.

È vero che per avere capelli sani e lucenti è importante curare anche l'alimentazione?

Antonella

Sì, anche l'alimentazione gioca un ruolo di primaria importanza per avere una chioma in salute. Perciò consiglio, per esempio, di non fare mancare mai nella propria dieta le vitamine, in particolare quelle del gruppo B, poiché sono capaci di regolarizzare la produzione di sebo e di stimolare la crescita dei capelli. Questo tipo di vitamine è reperibile consumando alimenti come piselli, yogurt e cereali integra-

li. Ma, accanto alle vitamine, altrettanto importanti per la bellezza dei capelli sono i minerali, come ferro, zinco, rame, selenio e manganese. Il ferro si trova nella carne e nei legumi; lo zinco nelle ostriche e nella carne di manzo; il rame nel fegato, nelle arance e nelle aragoste; il selenio nel pollame, nelle uova e nei cereali; il manganese nelle castagne, nel pane integrale e nell'avocado. Se questi cibi non sono graditi o se non si riesce ad assimilare queste sostanze con la sola alimentazione, suggerisco di ricorrere agli integratori, chiedendo però sempre consiglio al proprio dermatologo.

Vorrei sapere da lei quali caratteristiche deve avere una buona crema per le mani.

Nicoletta

La crema per le mani deve essere scelta con la stessa attenzione che si ha quando si acquista una crema per il viso. Un prodotto efficace deve contenere principi attivi profondamente idratanti, ricompattanti e antiossidanti. Inoltre deve essere in grado di prevenire inestetismi come macchie e rughe. Le formulazioni più utili sono a base di sostanze come i fosfolipidi, la glucosamina, l'acido ialuronico e la fospidina. Per ottenere il massimo dei risultati, suggerisco di applicare la crema due volte al giorno, la mattina e la sera prima di andare a dormire, effettuando un lungo massaggio in modo da favorire la circolazione e garantire al tempo stesso alla pelle nutrimento e corretta ossigenazione.