

## 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*

**Pelle secca dei talloni • Agrumi e kiwi per una pelle elastica • Come prevenire le borse sotto gli occhi**

**D**opo le vacanze, come curare la pelle secca dei talloni?

Mia

Nei mesi estivi, camminando più spesso a piedi nudi, è possibile che la pelle dei talloni si indurisca creando fastidiose fissurazioni e talvolta provocando bruciore. In questi casi suggerisco di applicare ogni sera creme che contengono urea o acido salicilico. Queste sostanze facilitano il distacco delle cellule morte e la formazione di una pelle più morbida ed elastica. Per mantenere i risultati e prevenire il problema, può essere utile idratare la pelle dei piedi con creme contenenti fospidina.

**T**ornato in città vorrei prendermi cura di me stesso cominciando a mangiare più frutta: quale mi consiglia di preferire?

Piero

Tutti i frutti sono utili per la pelle, perché ricchi di nutrienti che aiutano a mantenerla sana e bella, ma ce ne sono alcuni particolarmente indicati, come agrumi e kiwi, che abbondano di vitamina C, nutriente estremamente importante per la pelle: combatte i radicali liberi, migliora l'elasticità dei vasi sanguigni e aumenta le naturali difese del corpo. Molto utile anche l'anasanas, ricco di un antinfiammatorio chiamato bromelina, e soprattutto i frutti di bosco: mirtillo, more, ribes e lamponi contengono notevoli quantità di flavonoidi, sostanze che forniscono

una maggiore elasticità ai vasi sanguigni, coadiuvando così la microcircolazione.

**C**ome mi suggerisce di prevenire le borse sotto gli occhi?

Lea

Le borse sotto gli occhi possono essere un riflesso delle nostre cattive abitudini, in particolare in estate la pelle è più disidratata e indebolita da eccessive esposizioni solari. Per prevenire la loro formazione è importante struccarsi sempre con cura la sera, prestando attenzione a evitare creme troppo grasse che non lasciano respirare la pelle. Utili le creme ricche di glucosamina, che migliora l'idratazione profonda. Importante è adottare uno stile di vita sano, dormire con regolarità e consumare cibi che possono favorire la microcircolazione, come i frutti di bosco, ricchi di bioflavonoidi.

**Q**uali trattamenti mi consiglia per conservare in forma la mia pelle al mio rientro in città?

Catia

Le suggerisco una seduta di trattamento Rimage, una tecnica antiaging indolore, che favorisce la produzione di collagene ed elastina ricompattando la cute e migliorando l'idratazione profonda. La seduta prevede tre step: elettroporazione con veicolazione di fospidina; radiofrequenza; biostimolazione Led con una speciale luce medica.

**I segreti di una PELLE da star**  
di Antonino Di Pietro

**Per Pianificare a una multigravida serve un alto preparato da un nutito**

**Consigli LEGALI**

**Per Pianificare a una multigravida serve un alto preparato da un nutito**

**Consigli LEGALI**