

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

Come affrontare la psoriasi • Labbra sottili: acido ialuronico • Bere molta acqua fa bene alla pelle

Mi hanno diagnosticato la psoriasi. Che cosa posso fare per migliorare un po' la situazione?

Mariano

Oltre alle cure che le sono state indicate dal suo dermatologo, le consiglio di fare attenzione al peso corporeo. Di solito, i sintomi di questa malattia infiammatoria cronica della pelle tendono ad aggravarsi se si è in sovrappeso o, peggio, obesi. Inoltre, le suggerisco di non consumare bevande alcoliche e di non fumare. Infine, le consiglio di contrastare lo stress il più possibile: le condizioni di ansia e di tensione che si prolungano nel tempo peggiorano questa malattia e fanno male al sistema immunitario.

I mio problema sono le labbra molto sottili e screpolate. In inverno la situazione peggiora. Che cosa mi consiglia?

Benedetta

Oltre a buoni balsami protettivi, aiuta l'acido ialuronico. Ne esiste una versione studiata proprio per le labbra, in grado di conservare la morbidezza di questa mucosa, senza creare l'effetto "camera d'aria". La cosiddetta tecnica natural lip è stata studiata per ringiovanire in modo naturale le labbra. Prima si procede con la correzione, con un acido ialuronico filler a bassa densità, di eventuali microrughe verticali che circondano le labbra; in un secondo tempo si interviene con

un altro a media densità per ridefinire il contorno e ricreare la forma del labbro superiore e inferiore. Infine si usa un acido ialuronico a media/alta intensità per restituire turgore al "vermiglio" (la parte rossa del labbro). Raccomando che il dermatologo cui ci si affida faccia un uso molto ponderato di questi acidi ialuronici per non creare labbra innaturali.

Sempre più spesso sento ripetere che è importante bere molta acqua. Perché è utile per la pelle?

Cinzia

È così. Ogni essere umano è costituito mediamente, per ben il 75 per cento, di acqua. Una corretta idratazione, pertanto, è fondamentale per il benessere del corpo e per la vita delle cellule. Per mantenere la pelle idratata raccomandando di bere molta acqua. Per questo seguire i consigli degli esperti è indispensabile se si vuole avere una pelle giovane e bella e un corpo sempre in salute. Sono importanti i sali minerali sciolti nelle acque da tavola. Quando si beve l'acqua minerale, infatti, i sali introdotti nel corpo diventano indispensabili per la vita delle cellule e per le loro funzioni, tra cui quella di riprodurre collagene ed elastina, mantenendo così la pelle giovane. Inoltre, una corretta idratazione mantiene i vasi capillari elastici e permette un ottimo afflusso di sangue. Ecco il motivo per cui ne consegue una pelle sana e ben nutrita.

I segreti di una PELLE da star
Antonino Di Pietro

Il dermatologo delle "stelle" svela i segreti per avere una pelle fresca come quella delle celebrità

Come affrontare la psoriasi • Labbra sottili: acido ialuronico • Bere molta acqua fa bene alla pelle

Mi hanno diagnosticato la psoriasi. Che cosa posso fare per migliorare un po' la situazione?

Mariano

Oltre alle cure che le sono state indicate dal suo dermatologo, le consiglio di fare attenzione al peso corporeo. Di solito, i sintomi di questa malattia infiammatoria cronica della pelle tendono ad aggravarsi se si è in sovrappeso o, peggio, obesi. Inoltre, le suggerisco di non consumare bevande alcoliche e di non fumare. Infine, le consiglio di contrastare lo stress il più possibile: le condizioni di ansia e di tensione che si prolungano nel tempo peggiorano questa malattia e fanno male al sistema immunitario.

I mio problema sono le labbra molto sottili e screpolate. In inverno la situazione peggiora. Che cosa mi consiglia?

Benedetta

Oltre a buoni balsami protettivi, aiuta l'acido ialuronico. Ne esiste una versione studiata proprio per le labbra, in grado di conservare la morbidezza di questa mucosa, senza creare l'effetto "camera d'aria". La cosiddetta tecnica natural lip è stata studiata per ringiovanire in modo naturale le labbra. Prima si procede con la correzione, con un acido ialuronico filler a bassa densità, di eventuali microrughe verticali che circondano le labbra; in un secondo tempo si interviene con

Consigli EGGI

Eredità: c'è tempo dieci anni per accettarla o per rinunciarvi

Molti di noi, quando si parla di eredità, pensano a un patrimonio di denaro. In realtà, l'eredità è qualcosa di molto più ampio e complesso. Si tratta di un insieme di fattori che possono influenzare la nostra vita e il nostro futuro. È importante essere consapevoli di ciò che ereditiamo e di come possiamo gestirlo.

La eredità non è solo un patrimonio di denaro, ma anche un insieme di valori, tradizioni e abitudini che ci vengono trasmesse. È importante riflettere su questi aspetti e su come possiamo integrarli nella nostra vita.

Per accettare l'eredità, è necessario avere una buona conoscenza di sé e del mondo. È importante essere aperti ai cambiamenti e alle sfide che la vita ci presenta. Solo così possiamo veramente accettare l'eredità e farla nostra.