

Donna Moderna + Casa Idea + 1 vhs Videoteca del secolo € 5,30  
Donna Moderna + Casa Idea + 2 vhs Videoteca del secolo € 8,80



Settimanale femminile  
di moda, attualità,  
cronaca e spettacolo

9 OTTOBRE 2002  
Anno XV N. 41

€ 1,80

MONDADORI

CON I.P. SPED. IN A.P. 45%  
ART. 2 COMMA 20/B  
LEGE 662/96 - VERONA  
BELGIO € 2,30  
FRANCIA € 3,00  
GERMANIA € 3,20  
GRECIA € 2,05  
LUSSEMBURGO € 2,30  
PORTOGALLO € 2,00  
SPAGNA € 1,90  
SVIZZERA CHF 3,70  
TICINO CHF 3,50  
UK LGS 1,95

## Ricette d'autunno



8 idee per  
portare in  
tavola i funghi  
Pag. 186



8 mosse per  
fare lo spezzatino  
con i piselli  
Pag. 195

DOSSIER

# I piccoli interventi di chirurgia estetica

Se vuoi correggere labbra,  
naso, palpebre ecco i prezzi  
e gli indirizzi sicuri Pag. 125

Tenta la fortuna  
Vinci 120 guardaroba  
invernali per il tuo bambino  
Pag. 54

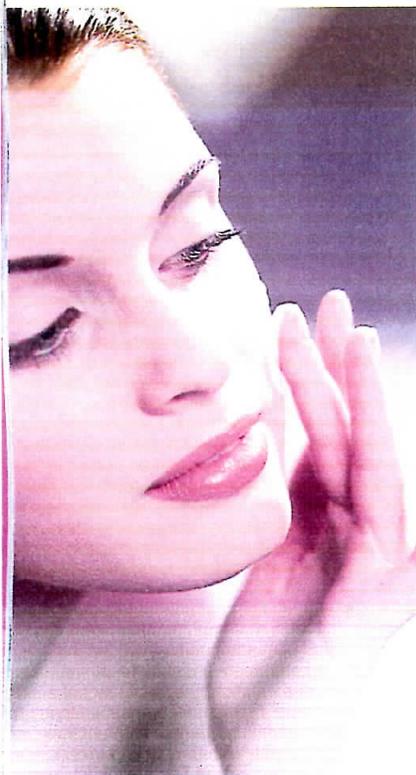


di Sara Fiandri  
still life di Mda Studio

bellezza

# il menu per il viso

**C'è chi ama la dieta mediterranea, chi preferisce la cucina cinese e chi stravede per i dolci. Ma alla pelle cosa piace di più? Scopritelo qui e scegliete i cibi giusti per avere un aspetto giovane e splendente**



**O**lio e aceto come nella dieta mediterranea, soia e alghe per mangiare giapponese. E, per finire, un dolce al cioccolato. Se la vostra pelle potesse scegliere il suo menu preferito, vi chiederebbe questi cibi. «Sono ricchi di vitamine, minerali e altre sostanze utili per la salute e la bellezza dell'epidermide» spiega il dermatologo Antonino Di Pietro. «Ma, perché siano davvero efficaci, dovete utilizzarli sia nei trattamenti cosmetici da applicare sul viso sia a tavola, come veri e propri alimenti». Allora, se volete "mettere a dieta" la pelle, seguitemi: scoprirete quali sono i prodotti che regalano al viso l'energia necessaria per essere perfetta.

● Per dare splendore immediato alla pelle, mescolate un cucchiaino di pappa reale a mezzo vasetto di yogurt intero. Applicate sul viso per 45 minuti, poi tamponate con un asciugamano umido.

● Ai cambi di stagione, regalatevi una buona dose di energia prendendo la pappa reale anche per bocca. Ne basta mezzo grammo ogni mattina per 20 giorni.

● È alla pappa reale la maschera Royal Jelly di Gemaine de Capucini (nei Centri estetici, **foto 2**).

## 1-Il cacao è antistress

Energetico, stimolante e tonificante, il cacao è un perfetto antistress per la pelle. Contiene il rame, che aumenta l'elasticità dei tessuti. E il magnesio, che previene le rughe perché facilita il lavoro dei muscoli. Ha anche una notevole quantità di bioflavonoidi, le sostanze antiossidanti che combattono l'invecchiamento.

● Aggiungete al detergente dieci gocce di essenza di cacao (la trovate in erboristeria). La fragranza stimola il cervello a produrre la serotonina, un potente antistress. E il viso appare più disteso.

● A tavola, qualche volta concedetevi un dolce al cioccolato: cancella la stanchezza.

● Se la pelle è affaticata provate Crème de Choc di Payot (21,50 euro, **foto 1**), ricca di cacao.

## 2-La pappa reale regala energia

La pappa reale è la sostanza naturale più ricca di vitamina B5. Vi chiedete a cosa serve? Rinforza le difese dell'organismo e ritarda la comparsa delle rughe e l'invecchiamento della pelle. È anche nutriente e rassodante, accelera il ricambio cellulare e contrasta l'affaticamento.

## 3-Le alghe sono rassodanti

Le alghe sono un vero toccasana per le pelli stanche e opache. Contengono, infatti, oligoelementi che tonificano l'epidermide, sali minerali che favoriscono il ricambio cellulare e vitamine che proteggono dall'invecchiamento. In più, aiutano a eliminare le tossine che rendono spento il viso.

● Preparate da sole un detergente esfoliante alle alghe. Prendete un sapone alla glicerina e scioglietelo a bagnomaria. Aggiungete tre cucchiaini di alghe secche

(segue a pagina 108)

5



7



D. BUCCELLA MANSI

(segue da pagina 106)

sminzate (le trovate in erboristeria) e lasciate riposare per mezz'ora. Scaldate ancora e uniteci due cucchiari di sale grosso, mescolando bene. Versate in uno stampo e fate raffreddare.

- Amate il sushi? Allora sappiate che, ogni volta che lo mangiate, rinforzate anche la pelle.
- Le alghe che rassodano sono in Crème Raffermissante Ophycée di Galénic (20,40 euro, foto 3).

#### 4-La soia combatte le rughe

Grazie a un olio antiossidante, ammorbidente e ricco di minerali, la soia è una sostanza efficacissima per prevenire le rughe. In più rinforza l'epidermide, rendendola più elastica.

- Per una serata importante, provate questo lifting istantaneo. Mescolate tre cucchiari di farina di soia con un albume e un cucchiario di miele. Stendete il composto sul viso e tenetelo in posa per mezz'ora, poi eliminate con una spugna umida. La maschera distende le piccole rughe ed è una

buona base per il trucco.

- Siete golose? Concedetevi un gelato di soia: ha poche calorie e combatte i radicali liberi.

• Per mantenere gli occhi giovani c'è Absolute Yeux di Lancôme (59,50 euro, foto 4) alla soia.

#### 5-L'aceto toglie i brufoli

Gli intenditori lo chiamano nettare: è l'aceto balsamico di Modena, ricchissimo di sostanze protettive, purificanti e calmanti, ideali per la pelle grassa. Ha anche principi attivi che rinforzano i vasi capillari, aumentano la produzione di collagene e mantengono la pelle elastica.

- Preparate un peeling naturale versando dieci gocce di aceto balsamico in mezzo bicchiere di olio di mandorle. Mescolate bene e massaggiare sul viso: è utile perfino contro i brufoletti.
- Sfruttate le virtù dell'aceto balsamico anche a tavola. Tanto più che va bene con qualunque cibo.
- Per la notte c'è Crema Viso Modena all'Aceto Balsamico Docteur Nature (15,50 euro, foto 5).

#### 6-L'acqua dona splendore

L'acqua mantiene idratati i tessuti e garantisce alle cellule tutte le funzioni vitali. Aiuta poi a regolare la circolazione, assicurando al viso un colorito sano e luminoso.

- Regalatevi un bagno di vapore alla settimana mettendo il viso sopra una bacinella piena di acqua calda. Se avete la pelle opaca, aggiungete una manciata di fiori di camomilla e una di foglie di malva. Se è stanca, metteteci in acqua una manciata di menta e una di rosmarino.

• Per idratarvi anche dall'interno, bevete almeno un litro e mezzo di acqua al giorno.

• Dissetate la pelle con Aqua Beauty di Nivea Visage (8,39 euro, foto 6).

#### 7-L'olio d'oliva è nutriente

Il miglior alleato della pelle secca è l'olio d'oliva. L'acido oleico che contiene nutre l'epidermide e le permette di assorbire le altre sostanze. Come gli antiossidanti e la vitamina E, che prevengono le rughe e i cedimenti cutanei.

- Se avete la pelle molto secca, provate questo trattamento: mescolate mezzo bicchiere di olio d'oliva e due albumi d'uovo, poi stendete il mix sul viso. Ripiegate una salvietta di spugna e usatela per massaggiare la pelle con movimenti rotatori, dal centro verso l'esterno. Ripetete il trattamento per tre volte e, alla fine, sciacquate.
- Ricordate di condire i cibi con olio crudo: anche nelle diete dimagranti ne sono consentiti tre cucchiaini al giorno.
- Per nutrire a fondo il viso è utile l'olio di Crema Nutrifiuida Linea Mediterranea Fratelli Carli (18,60 euro, foto 7).

## LE ORECCHIE A SVENTOLA ▶

**1** Se, fino a oggi, avete tenuto le orecchie nascoste sotto i capelli perché vi sembravano troppo sporgenti, sappiate che c'è un intervento molto semplice per rimodellarle. Si chiama otoplastica, dura un'ora e mezzo e viene fatta in day hospital con l'anestesia locale. Durante l'operazione, il chirurgo avvicina la cartilagine dell'orecchio alla testa con una piccola incisione.

**L'ETÀ GIUSTA:** anche da giovanissimi, ma dopo i 10 anni.

**DOPO L'INTERVENTO:** bisogna portare una fascia a turbante intorno alla testa per quattro o cinque giorni e cambiarla quotidianamente. Nella settimana successiva va sostituita con una fascetta elastica, che il chirurgo raccomanda di solito di tenere anche la notte per circa un mese.

**LE COMPLICAZIONI:** a volte si formano delle cicatrici leggermente rigonfie (i cheloidi), che possono essere rimosse e cancellate con il laser.

**ATTENZIONE:** è raro, ma con gli anni, le orecchie possono tornare a sporgere un po'. Quindi bisogna ripetere l'intervento.

**IL COSTO:** fra i 2.500 e i 3.000 euro.

## IL NASO INGOMBRANTE ▶

**2** La classica gobbetta. Le narici un po' troppo larghe. O una punta che, se fosse all'insù, farebbe un altro effetto. Con la rino-plastica si possono correggere tutte queste imperfezioni. Più i ritocchi sono piccoli, comunque, più il chirurgo deve "lavorare di fino". In questo caso è meglio ricorrere all'anestesia generale e l'intervento, in media, dura due ore.

**L'ETÀ GIUSTA:** non ci sono limiti. Si può fare a partire dall'adolescenza e anche in età avanzata: alcune donne si sono regalate un naso nuovo a 60 anni e si sono sentite rivivere.

**DOPO L'INTERVENTO:** la paziente deve tornare dal chirurgo dopo una settimana per la rimozione del gesso e dei tamponi nelle narici. Si possono formare piccoli ematomi e la conva-

lescenza dura almeno una settimana. Le cicatrici sono sempre interne, tranne nel caso della riduzione delle narici.

**LE COMPLICAZIONI:** i nasi con pelli spesse e grasse tardano più degli altri a riprendere un aspetto normale. Prima di essere del tutto a posto potrebbero passare anche due o tre mesi.

**ATTENZIONE:** gli ematomi scompaiono entro una settimana, ma il naso non si sgonfia del tutto prima di un mese.

**IL COSTO:** dai 3.000 ai 6.000 euro.

## LE PALPEBRE CASCANTI ▶

**3** L'operazione si può fare alle palpebre superiori, a quelle inferiori o, se necessario, a tutte e due. Nel primo caso la pelle, troppo rilassata, dà all'occhio un'aria spenta; nel secondo si sono formate delle borse e, per eliminarle, prima si aspira il grasso, poi si toglie la pelle in eccesso. L'operazione

alle palpebre superiori o inferiori (il nome tecnico è blefaroplastica) si fa di solito in anestesia parziale; quando si interviene sia sopra sia sotto (blefaroplastica totale) l'anestesia è totale e l'intervento dura circa due ore e mezzo.

**L'ETÀ GIUSTA:** l'ideale è fra i 38 e i 50 anni, perché il viso acquista un'espressione più fresca e riposata.

**DOPO L'INTERVENTO:** si devono portare dei cerotti per una settimana. Gli occhi bruciano un po' e non ci si può truccare prima che siano passati dieci giorni.

**LE COMPLICAZIONI:** sono rare. Nel caso della blefaroplastica inferiore, tuttavia, ci può essere il rischio di uno spostamento verso il basso della palpebra. Se succede, è necessario ricorrere a un secondo intervento.

**ATTENZIONE:** l'intervento non cancella le cosiddette zampe di gallina, che risultano solo un po' attenuate. Rimangono delle piccole cicatrici, sottili come un filo e nascoste nella piega delle palpebre. La zona, infine, può assumere un colore rosato intenso, che si può nascondere con il trucco.

**IL COSTO:** per la blefaroplastica superiore si spendono da 2.500 a 3.000 euro, quella inferiore intorno ai 4.000 euro. Per sostenere tutti e due gli interventi occorrono circa 5.000 euro.

Con la consulenza di:  
Enrico Bernè, chirurgo laser; Antonino Di Pietro, dermatologo; Marco Klinger, chirurgo plastico; Francesco Alia, Giuseppe Cappuccio, Alessio Carissimo, Fiorella Donati, Giovanni Ponzelli, tutti chirurghi plastici, Riccardo Mazzola, segretario della Società italiana di chirurgia plastica ricostruttiva ed estetica.

## A chi affidarsi, 5 regole d'oro

**Rivolgetevi a una persona di fiducia** Per trovare un chirurgo estetico, chiedete prima di tutto consiglio al vostro medico di base.

**Interpellate anche il vostro dermatologo**, se avete già avuto in passato problemi alla pelle. **Se si tratta di un'operazione al seno o di rimettere a posto la pancia dopo una gravidanza, potete**

**rivolgervi al vostro ginecologo.** È utile anche il passaparola delle amiche, che possono dare informazioni preziose se hanno vissuto in prima persona questa esperienza.

**Non fermatevi al primo nominativo** Se sono anni che sognate un piccolo intervento estetico, non fatevi prendere dalla fretta proprio all'ultimo. **Non accontentatevi, quindi,**

## LE GUANZE CASCANTI

**1** Quando il viso comincia a rilassarsi, la soluzione migliore è quella di intervenire sugli zigomi. Con l'inserimento di una protesi (in goretex o silicone) si provoca un rigonfiamento che solleva la pelle con un leggero effetto lifting. L'operazione, in anestesia generale o locale, dura circa un'ora.

**LETÀ GIUSTA:** in genere, è meglio aspettare dopo i 35 anni. E bisogna evitare l'intervento dopo i 50, quando la pelle è troppo rilassata e richiede un lifting.

**DOPO L'INTERVENTO:** con un po' di trucco che nasconde eventuali gonfiori ed ematomi si è presentabili già dopo un paio di giorni. Bisogna però fare i conti con la difficoltà di mangiare. Le protesi vengono inserite attraverso la bocca e per nutrirsi, all'inizio, occorre usare una cannuccia.

**LE COMPLICAZIONI:** anche se l'operazione riesce, può capitare che, in fase di assestamento, uno zigomo risulti più alto dell'altro. In questo caso è necessario ripetere l'intervento.

**ATTENZIONE:** è raro, ma un'infezione o l'intolleranza a un corpo estraneo può rendere indispensabile rimuovere la protesi.

**IL COSTO:** fra i 5.000 e i 6.000 euro.

## IL MENTO SFUGGENTE O PRONUNCIATO

**2** Ci sono uomini che vorrebbero avere il mento pronunciato di Ron Moss, l'attore che impersona Ridge nella soap opera *Beautiful*. E donne che, invece, vorrebbero ridurlo come fece Marilyn Monroe da giovanissima. Nel primo caso il chirurgo deve inserire, attraverso un'incisione in bocca, una protesi morbida (al silicone) o rigida (in materiale biocompatibile). Per ridurre il mento, invece, si interviene direttamente sull'osso. L'operazione si può fare in anestesia locale, in day hospital, e dura in media due ore. Le cicatrici sono tutte interne, quindi invisibili.

**LETÀ GIUSTA:** non ci sono limiti. Dopo l'intervento avrete la par-

te inferiore del viso gonfia per almeno una settimana.

**LE COMPLICAZIONI:** la protesi inserita per aumentare il mento si può spostare e va rimessa a posto.

**ATTENZIONE:** qualche volta, durante l'applicazione, possono venire danneggiate le radici degli incisivi inferiori.

**IL COSTO:** fra i 5.000 e i 6.000 euro.

## LA PELLE RILASSATA E LE RUGHETTE

**3** La parola magica è lifting, cioè quell'operazione che stende e rialza la parte del viso che sta cominciando a cedere, attenuando così le rughe intorno agli occhi e alla bocca. L'intervento può interessare la zona della mascella (in questo caso viene chiamato *pinch*) o quella della fronte-occhi (il cosiddetto lifting anteriore). È il chirurgo a decidere per l'anestesia locale o generale. È previsto un giorno di degenza in day hospital o in clinica.

**LETÀ GIUSTA:** dopo i 38-40 anni e fin verso i 55. Dopo è consigliabile un lifting completo che includa anche il collo, altrimenti ci sarebbe troppa differenza fra la parte "sollevata" e quella su cui non si è intervenuti.

**DOPO L'INTERVENTO:** i punti vengono tolti in genere dopo cinque o sei giorni e dopo due settimane potrete riprendere le vostre abitudini e il vostro lavoro.

**LE COMPLICAZIONI:** si potrebbero verificare gonfiori ed emorragie. Questo è più facile che succeda se, dopo l'operazione, si prendono dei medicinali fluidificanti del sangue, per esempio l'acido salicilico. I medici raccomandano di evitarli per almeno due settimane insieme all'alcol e al fumo.

**ATTENZIONE:** restano delle sottili cicatrici davanti all'orecchio (nel caso del *pinch*) o sulla testa (nel caso del lifting anteriore). Quelle nascoste fra i capelli diventano visibili solo se i capelli sono radi o non ricrescono bene. Si possono ripetere anche tre lifting, a una decina di anni di distanza uno dall'altro. Un quarto, invece, è sconsigliabile.

**IL COSTO:** da 9.000 a 9.500 euro.

il ritocco è a spese vostre.  
**Il consenso informato** Diffidate del chirurgo che "dimentica" di farvi firmare fino all'ultimo momento il consenso a operare. Voi avete il diritto di sapere per tempo gli eventuali rischi che correte, quindi dovete leggerlo bene e poi firmare. Un professionista serio consegna il foglio in anticipo, così il paziente può parlarlo

a casa e ha il tempo di riflettere prima di sottoscriverlo.

La Sicpre (Società italiana di chirurgia plastica ricostruttiva ed estetica) sta preparando moduli standard per il consenso informato che saranno presto disponibili sul sito [www.sicpre.org](http://www.sicpre.org)

**Il posto a cui affidarsi** In un ospedale pubblico non vengono fatte operazioni di chirurgia estetica. Per questo tipo di interventi bisogna andare in una clinica privata. Lì il chirurgo che avete scelto noleggia

la sala operatoria e opera con il suo anestesista di fiducia o con quello fornito dalla clinica. I centri più seri prevedono sempre la presenza di un anestesista, anche quando è sufficiente un'anestesia locale. Gli interventi negli studi privati, infine, non si possono più fare, perché privi di sale operatorie a norma di legge.

## LA LABBRA SOTTILE

**1** Oggi, per avere delle labbra carnose, sono disponibili tre tecniche diverse: le microiniezioni, il lipofilling e l'innesto. Le prime garantiscono un effetto "volume" per circa tre mesi grazie all'azione di sostanze come l'acido ialuronico o il collagene. Dura decisamente di più il lipofilling, che inietta nelle labbra il grasso preso in una zona del corpo. Il sorriso non si "sgonfia" fino a sei mesi o un anno. Ancora più lungo l'effetto dell'innesto, che prevede una piccola incisione sotto il labbro superiore attraverso cui il chirurgo inserisce del tessuto muscolare. A seconda dei casi l'intervento viene fatto in anestesia locale o in sedazione, cioè con un cocktail di farmaci tranquillizzanti e antidolorifici iniettato in vena.

**L'ETÀ GIUSTA:** dai 18 anni in poi. L'ideale è intorno ai 50 anni, quando le labbra perdono il loro turgore e sembrano più sottili.

**DOPO L'INTERVENTO:** la zona trattata rimane per qualche giorno più gonfia e, spesso, insensibile.

**LE COMPLICAZIONI:** può capitare che le labbra risultino troppo gonfie, "a canotto", rovinando così l'espressione del viso.

**ATTENZIONE:** se scegliete le microiniezioni di collagene, prima di iniziare fate i test per l'allergia. I dermatologi più scrupolosi ne prevedono due, a un mese di distanza uno dall'altro.

**IL COSTO:** fra i 150 e i 250 euro le microiniezioni, intorno ai 500 euro il lipofilling e l'innesto.

## I CUSCINETTI SU FIANCHI E COSCE

**2** Anche le donne più magre possono avere i cuscinetti, cioè del grasso localizzato che dà ai fianchi una forma più larga. Il rimedio, in questo caso, si chiama liposuzione. Il chirurgo, attraverso delle piccole cannule che inserisce in due o tre punti nella zona da trattare, aspira l'adipe in eccesso. L'intervento si fa sia in anestesia parziale sia generale e la durata dipende da quanto grasso si deve eliminare. Fino a un litro e mezzo è sufficiente il day hospital, mentre per quantità

maggiori è necessario il ricovero in clinica.

**L'ETÀ GIUSTA:** è meglio aspettare i 18 anni. E non è consigliabile dopo i 50 se la pelle è troppo rilassata, perché c'è il rischio che l'asportazione del grasso peggiori la situazione.

**DOPO L'INTERVENTO:** è necessario indossare una guaina elastica per due settimane. Gli ematomi e le minicicatrici spariscono dopo una ventina di giorni.

**LE COMPLICAZIONI:** se la cannula è stata tenuta per errore troppo in superficie, si possono formare degli ematomi; se, invece, è stata estratta una quantità eccessiva di grasso c'è il rischio di choc emorragici.

**ATTENZIONE:** la liposuzione non è un intervento pericoloso, ma lo diventa se viene sottovalutato e affidato a medici inesperti.

**IL COSTO:** dai 1.500 ai 2.500 euro.

## IL SENO PIATTO

**3** La mastoplastica additiva è l'intervento più desiderato dalle donne. E la sua semplicità è dimostrata dal fatto che l'inserimento della protesi non ha di solito complicazioni e permette anche di allattare. Si esegue in anestesia generale, in day hospital o in clinica, con un giorno di degenza.

**L'ETÀ GIUSTA:** dopo i 18 anni e, in ogni caso, solo quando il corpo ha raggiunto il suo completo sviluppo.

**DOPO L'INTERVENTO:** bisogna indossare un apposito reggiseno per un mese. La forma del seno sarà quella desiderata dopo circa quattro mesi.

**LE COMPLICAZIONI:** può succedere che le cicatrici diventino gonfie come un cordoncino, ma possono essere eliminate con il laser. Può anche capitare un fenomeno detto "wrinkling" (corrugamento) provocato dalla protesi. E, per finire, c'è il rischio che la capsula fibrosa che si forma intorno alla protesi si contraugga e provochi dolore: in questo caso bisogna rioperare.

**ATTENZIONE:** le cicatrici (sotto il solco o ai capezzoli, a seconda della tecnica usata) non scolorano del tutto prima di alcuni mesi. E non si può prendere il sole in topless prima di sei mesi.

**IL COSTO:** dai 4.000 ai 6.000 euro, dipende dal tipo di protesi.

## I pro e i contro del botulino

In America sta collezionando un successo da grandi numeri. Si tratta del botulino (chiamato anche botox), una tossina che, iniettata nella pelle, sembra fare miracoli. Il suo impiego nel settore dell'estetica è recente. Negli Stati Uniti il botulino è usato fin dal 1989 esclusivamente per curare lo strabismo, il

torcicollo spastico e altri disturbi neuromuscolari. L'idea di utilizzarlo per la bellezza è di un secondo tempo, quando ci si è accorti che le pieghe della pelle e le rughe presenti nelle zone trattate diminuiscono di intensità. Da qui il successo, che ha spinto, nel 2001, ben 206.354 americani a richiederlo (quasi 13.000 in più rispetto

all'anno precedente, secondo i dati dell'American society of plastic surgeons). La tossina è efficace, in particolare, su alcuni tipi di rughe: intorno agli occhi, alle labbra e sulla fronte. Il botulino viene iniettato e agisce sui muscoli mimici provocando la loro paralisi. Da qui deriva un effetto antirughe che può durare dai tre ai sei mesi. Negli Usa



## I numeri delle associazioni

Volete sottoporvi a un intervento e vi servono informazioni sull'operazione e sui medici che la praticano? Ecco a chi rivolgervi:

- Associazione europea di chirurgia estetica (Assece), tel. 026696220.
- Società italiana di chirurgia estetica (Scei), tel. 0636303932.
- International society of plastic and aesthetic dermatology (Isplad), tel. 0220404227. Raggruppa 1.200 dermatologi di casa nostra più una ventina di altri stranieri.
- La Società italiana di chirurgia plastica ricostruttiva ed estetica (Sicpre) nel sito [www.sicpre.org](http://www.sicpre.org) riporta notizie sugli interventi e l'elenco dei medici iscritti all'associazione.
- L'International society of aesthetic plastic surgery (Isaps) accoglie fra i suoi soci solo professionisti di provata esperienza, che si aggiornano di continuo e partecipano a congressi. Nel sito [www.isaps.org](http://www.isaps.org) c'è l'elenco completo dei medici fra cui potete scegliere a chi rivolgervi.

### IL LASER: UNA LUCE CHE SCOLPISCE

Per eliminare difetti come la couperose, togliere delle imperfezioni (nei, cicatrici) o far sparire un tatuaggio che non piace più, lo strumento più efficace è il laser. Si tratta di un raggio di luce ad alta energia che scolpisce e coagula i tessuti in pochi secondi. La tecnica, che ha più di trent'anni, utilizza oggi apparecchi con caratteristiche diverse e da cui dipende il risultato finale. È un particolare importante per valutare l'affidabilità del chirurgo che, in studio, dovrebbe avere più di uno strumento.

### LE MACCHIE ROSSE E SCURE

Il laser schiarisce e fa sparire del tutto sia le macchie congenite, che conosciamo come "voglie di vino", sia quelle comparse con il passare degli anni sulle guance o sul dorso delle mani.

**L'ETÀ GIUSTA:** è meglio togliere ai bambini le macchie congenite prima dell'età scolare. Non ci sono limiti per quelle legate all'invecchiamento.

**1 DOPO L'INTERVENTO:** si applica sulla zona una pomata antibiotica o vitaminica per qualche giorno.

**IL COSTO:** per le macchie congenite sono necessarie dalle due alle otto applicazioni (da 150 a 600 euro l'una). Per le macchie scure basta un'applicazione (200 euro).

### LE SMAGLIATURE

Si attenuano, ma non svaniscono del tutto. Il miglioramento più evidente, del 60 o 70 per cento, riguarda le smagliature

recenti (vecchie di pochi mesi e non di anni). L'operazione si può fare anche senza anestesia locale.

**L'ETÀ GIUSTA:** anche prima dei 20 anni per le smagliature che si formano durante lo sviluppo.

**2 DOPO L'INTERVENTO:** la parte va protetta per qualche giorno con delle garze.

**IL COSTO:** da 100 a 150 euro ad applicazione (ne servono tre).

### I PELI SUPERFLUI

Avete una crescita eccessiva che vi costringe a continue cerette con risultati poco soddisfacenti? Se i peli sono molto scuri e

la pelle è chiara, il laser è la soluzione giusta: il raggio di energia di questo strumento viene assorbito dal fusto del pelo e arriva fino al bulbo facendolo esplodere. Non funziona, invece, se la pelle è scura (c'è il rischio che compaiano macchie) o se la peluria è molto chiara (il raggio non la vede).

Rispetto all'elettrocoagulazione, il laser ha due vantaggi: è un metodo più rapido e il rischio di dermatiti è nullo.

**L'ETÀ GIUSTA:** non ci sono limiti.

**DOPO L'INTERVENTO:** niente sole per almeno due settimane.

**IL COSTO:** sono necessarie almeno quattro sedute per tutte e due le gambe, al prezzo di 500 euro.