alla euro 1,70

Sa ottobre 2002 - N. 44 HACHETTE RUSCONI

GENTE

TTIMANALE DI POLITICA,
TUALITÀ E CULTURA

Il nuovo Rosario

Manuela Arcuri

Mi sono iscritta all'università: voglio diventare dottore

Mentre interpreta con Bassi e Farnesi il nuovo "Carabinieri"

ERONICA LOGAN
"VIVERE" PARLA DI
KIM ROSSI STUART

ono stata primo more i Lucignolo

DESIRÉE
Chi è l'uomo accusato

MARINA
PA DI MEANA

e sue nozze in chiesa

CINA-MEDICINA
la cellulite con le zuppe a tavola

20044
9 770016 694005

Così ci si libera dall'acne

Con gel e farmaci il disturbo sparisce definitivamente

a cura di **Manuela Pizziolo**

«L'acne non è più un problema. Da questo disturbo si guarisce nel giro di tre o, al massimo, sei mesi. E in maniera definitiva».

È uno dei maggiori esperti del campo a dare il clamoroso annuncio, il professor Antonino Di Pietro, direttore del Servizio di Dermatologia presso l'Ospedale di Inzago, in provincia di Milano, e docente di Dermatologia Plastica all'Università di Pavia. Le sue parole rasserenano migliaia di pazienti giovani e meno giovani afflitti dal pensiero che nulla si possa fare contro l'antiestetico disturbo, che ha afflitto intere generazioni, spesso compromettendone la serenità psicologica e l'autostima.

«Ormai l'acne si cura in modo semplice, sicuro e, soprattutto, totale», ribadisce il medico. «Ma occorre affrontare il problema in modo serio, senza cedere alla rassegnazione e senza adottare strategie fai-da-te. L'acne è un disturbo importante e come tale va curato dal dermatologo. Solo questo specialista può scegliere la terapia adatta a ciascun paziente e i criteri con cui la terapia va attuata».

Affidarsi allo specialista *«Solo il dermatologo può scegliere la terapia adatta caso per caso», dice il professor Di Pietro.*

È vero che l'acne colpisce solo gli adolescenti?

«No, a dispetto del suo nome, cioè acne giovanile, questo disturbo può manifestarsi anche in età adulta, addirittura fino alla menopausa, nel caso delle donne, e anche oltre. Sicuramente l'epoca di comparsa più comune dell'acne coincide con la maturazione sessuale perché è durante la pubertà che le ghiandole sebacee cominciano a essere stimolate dagli ormoni androgeni, che sono presenti, seppure in misura diversa, sia nel maschio sia nella femmina. È stato valutato che da un terzo alla metà dei ragazzi tra i 14 e i 19 anni sia affetto da manifestazioni di acne: da pochi comedoni, cioè i cosiddetti "punti neri", a gravi lesioni cistiche, caratteristica di queste ultime è la presenza di un nodulo dolente al di sotto del foruncolo. Ma la comparsa dell'acne può riguardare anche periodi diversi della vita: in questo caso spesso si parla di acne tardiva. La sintomatologia, in ogni caso, rimane sempre la stessa».

Da che cosa è provocata l'acne?

«Fino a poco tempo fa il processo infettivo-infiammatorio

(continua a pag. 140)

I CIBI RICCHI DI VITAMINA E AIUTANO A PREVENIRE L'ICTUS

PIÙ VERDURE MENO PLACCHE

Uno studio condotto dai ricercatori dell'Università Federico II di Napoli su 310 donne ha dimostrato che la vitamina E è in grado di proteggere le arterie dall'aterosclerosi. È emerso, infatti, che le donne che introducevano con la dieta rilevanti quantitativi di vitamina E avevano un numero minore di placche aterosclerotiche a livello della carotide. L'effetto protettivo è ancora più marcato nelle donne dopo la menopausa: tra queste, quelle che introducono poca vitamina E hanno un rischio di sviluppare placche carotidee ben tre volte superiore e questo indipendentemente da altri fattori come l'età, il fumo, il peso e la pressione sanguigna. Il consiglio degli specialisti è quindi di consumare cibi ricchi di questa preziosa vitamina e cioè verdure a foglia larga, mais, olî vegetali, noci, olive per ridurre il rischio di essere colpite da ictus, conseguenza diretta delle placche di aterosclerosi.

L'AGONISMO RENDE IL FISICO PIÙ FORTE

Lo sport, se praticato a livello agonistico durante gli anni dell'adolescenza rende più robuste le ossa, in modo che resistano meglio ai traumi per tutta la durata della vita. A queste conclusioni è giunta una ricerca statunitense pubblicata sul *Journal of Pediatrics*. Nel corso della ricerca gli specialisti hanno seguito per oltre tre anni, dall'età di 11 anni, un gruppo di ragazze che praticavano ginnastica artistica a livello agonistico e un altro gruppo di ragazze con le medesime caratteristiche che praticavano lo stesso tipo di attività ma semplicemente a livello amatoriale. Fin dall'inizio della ricerca è apparso evidente che il gruppo dedito allo sport con maggiore costanza e intensità, cioè quello "agonistico", rivelava una accresciuta densità ossea, unita a una aumentata massa muscolare e a una marcata diminuzione del grasso corporeo. La ginnastica e gli altri sport praticati ad alto livello accrescono la massa muscolare che, a sua volta, stimola il rafforzamento della struttura scheletrica, permettendo in questo modo ai giovani atleti di affrontare poi la vita adulta con una massa ossea più consistente e solida e, di conseguenza, con un minore rischio di fratture.

...qualcosa
in più del
solito
detergente...

gisil con
AZIONE
BATTERICA
TURALE
e ogni giorno.

delicatamente
senza di pelli sensibili,
vi e pruriginosi, grazie
tà emollienti e lenitive
ti di Camomilla e

le irritazioni
durante il ciclo
, la menopausa,
nza e l'allattamento
proprietà antibatteriche
e Oil, un estratto
dicato per l'area
ale.

le difese naturali
ico e Acido Citrico
nciata aiutano a
e mantenere il pH
dell'ambiente vaginale.

Vagisil
Intima
Soluzione Detergente
Ipoallergenica
Clinicamente Testata
AZIONE
ANTIBATTERICA
NATURALE
Più efficace
nella prevenzione
delle irritazioni
pH 3.5

IN FARMACIA

Vagisil
Ti conosce, ti capisce
e si prende cura di te.

Combe Italia - Milano

IN SCOZIA CURANO L'ASMA AL CELLULARE

In Scozia il dipartimento della Sanità ha avviato una singolare iniziativa che sta dando buoni frutti. Si tratta di un curioso sistema via cellulare, per migliorare il trattamento dell'asma, un disturbo dell'apparato respiratorio che colpisce un numero sempre crescente di persone. I pazienti ricevono messaggi sul telefonino cellulare da parte di un amico virtuale che li invita a seguire la terapia prescritta dal medico, evitando dimenticanze potenzialmente pericolose e dispensando preziosi consigli sulle situazioni a rischio.

Saponi e detergenti con antimicrobici sono utili soltanto in ospedale e non vanno usati abitualmente perché il loro utilizzo non corretto e a dosi troppo basse, non solo non è assolutamente in grado di prevenire le infezioni, ma favorisce addirittura la crescita di microrganismi resistenti.

(continua da pag. 139)

che colpisce la ghiandola sebacea su superfici vaste dando origine all'acne si pensava fosse dovuto a uno squilibrio ormonale, cioè a un aumento degli ormoni androgeni. Ora, invece, si sa che la malattia può essere provocata anche da una ipersensibilità della ghiandola sebacea stessa verso gli ormoni. Vale a dire: il quantitativo di ormoni in circolo è quello fisiologico, ma le ghiandole sebacee reagiscono male, si ingrossano e producono più sebo come se fossero "bombardate" in eccesso. Più spesso, la causa è mista: uno squilibrio ormonale lieve associato all'ipersensibilità delle ghiandole sebacee».

Come si cura tutto questo?

«Evitando l'occlusione del dotto della ghiandola sebacea, liberando i pori della pelle per evitare che il sebo, restandovi intrappolato, si infetti. Quando le manifestazioni di acne sono lievi, il dermatologo si orienta verso tre sostanze, il benzoilperossido, l'isotretinoina o gli antibiotici. Queste sostanze, sotto forma di gel o crema, vanno applicate sulle lesioni e nelle zone adiacenti ogni sera. Le prime due svolgono una azione esfoliante e seboregolatrice; gli antibiotici agiscono invece contro i processi infettivi. La terapia va protratta finché le ragioni interne che hanno scatenato l'acne non si risolvono. Si tratta di una terapia sintomatica che permette di tenere il problema costantemente sotto controllo. La mossa risolutiva riguarda la terapia interna, in grado di rimuovere la causa stessa della malattia. Il farmaco vincente è a base di tretinoina, si assume per bocca sotto controllo dermatologico nelle dosi e nei tempi decisi caso per caso. La tretinoina cura l'acne in modo definitivo nel giro di tre, sei mesi, poiché agisce rendendo la ghiandola sebacea meno sensibile all'azione degli ormoni. In pratica è come se disinnescasse la "bomba" spegnendone la miccia. In tutti i tipi di acne un grande aiuto viene anche da una maschera a base di fitosteroli derivati dalla soia. Queste sostanze, oltre ad avere un prodigioso effetto anti-età, frenano l'eccessiva stimolazione delle ghiandole sebacee e creano un nuovo film lipidico sulla superficie cutanea, che funziona da barriera contro i germi. La maschera va applicata sul viso e sulle altre zone colpite dall'acne a sere alterne e lasciata agire per 5-10 minuti, quindi risciacquata con acqua tiepida». G