

salute-bellezza-fitness-alimentazione

# SALVE



Gennaio 2000

**ESTETICA**  
*Modellata  
con l'acqua*

**SESSO**  
*Le vergini  
di ritorno*

**DOSSIER  
STRESS**  
*quattro  
programmi  
per vincerlo*

Lire 2.500

*Le nuove  
nevrosi  
alimentari*

## **Dolcemente bella**

- ★ *Dimagrire con l'agopuntura*
- ★ *Le regole della dieta vegetariana*
- ★ *L'aromaterapia contro la cellulite*

L. 5000 - in abbinamento con il settimanale ANNA n° 2



# La posta degli specialisti

a cura di Antonio Andreini

## Cellulite Nuovi trattamenti che non lasciano "tracce"



**DOTTOR ANTONINO DI PIETRO,** dermatologo, docente all'Università di Pavia e direttore del Servizio di dermatologia dell'ospedale "L. Marchesi" di Inzago (MI), tel. 0229406306

Lo scorso inverno mi sono sottoposta alla mesoterapia per attenuare la presenza di cellulite sulle cosce. Quest'anno vorrei ripetere il trattamento, ma l'idea di ritrovarmi piena di lividi bluastri sulle gambe mi frena. Esiste qualche nuova metodica, possibilmente meno fastidiosa e altrettanto efficace?

(S.F., Firenze)

Pur avendo positivamente rivoluzionato l'approccio al trattamento della cellulite, l'applicazione della mesoterapia negli ultimi anni ha segnato il passo. **Sono tanti, infatti, i suoi effetti collaterali indesiderati. Primo fra tutti, l'azione traumatica degli aghi utilizzati:** particolarmente lunghi e destinati a penetrare in profondità, essi sollecitano le terminazioni nervose, causando dolore, e provocano la rottura dei vasi capillari, con conseguenti ecchimosi. Senza contare i possibili danni a carico dei tessuti, ben visibili anche a occhio nudo sotto forma di cicatrici.

### CON LA DOLCEZZA MIGLIORI RISULTATI

Mantiene ciò che di positivo la mesoterapia offre, ma ne annulla gli svantaggi, la microterapia SIT (Skin Injection Therapy). **Essa si avvale di aghi molto corti (non più di 2 cm), inseriti in un particolare dispositivo monouso, adatto per praticare iniezioni superficiali, indolori e non traumatiche per vasi capillari e tessuti.** Caratteristica altrettanto importante di questa tecnica è l'iniezione di soluzioni ipertoniche, ricche di sali e principi attivi naturali, che agiscono stimolando il riassorbimento dei liquidi, successivamente espulsi dall'organismo attraverso la diuresi.

A differenza della mesoterapia, che a causa di tutti i suoi effetti collaterali non era proponibile a tutti i soggetti, possono sottoporsi alla microterapia SIT anche le donne in gravidanza e quelle con insufficienza venosa. Essa è efficace su tutti i tipi di cellulite, ma si rivela particolarmente indicata nello stadio edematoso (si veda il box in basso). Per ottenere il risultato migliore, sono consigliate 10-15 sedute, una volta alla settimana.

### COME POTENZIARE E MANTENERE GLI EFFETTI

Indubbiamente, un'alimentazione equilibrata e una regolare attività fisica non possono che consolidare i risultati ottenuti. **Tuttavia, chi volesse potenziare l'efficacia del trattamento con microterapia SIT può ricorrere a un nuovo tipo di massaggio: il Mass Mar (Mobilizzazione per Alto Assorbimento),** più efficace del linfodrenaggio e con manualità altrettanto dolci. Già applicata nel decorso postoperatorio di soggetti che presentano un forte edema, questa metodica, anziché comprimere i tessuti verso le fasce muscolari, li solleva delicatamente, attirando i liquidi nel derma. Qui, grazie alla ricchezza di vasi capillari e linfatici, i liquidi vengono assorbiti e successivamente eliminati per vie naturali. Il massaggio, praticato da un esperto massofisioterapista o da un estetista professionista, dura circa un'ora.

A. CAMPIGLIO



LA POSTA

## L'avanzata della "buccia"

Ecco quali sono i passaggi più significativi del processo cellulitico, che provoca l'ineestetica "buccia d'arancia", dei quali bisogna tenere conto per attuare i trattamenti più efficaci.

**EDEMA:** è l'alterazione del meccanismo di scambio dell'acqua tra vasi sanguigni e tessuti; quando ciò avviene, il plasma trasudato dai capillari si accumula tra le cellule di grasso (adipociti), causando così un modesto ristagno di liquidi.

**INFIAMMAZIONE DEL CONNETTIVO:** quando il ristagno di liquidi persiste e si estende fino al tessuto connettivo, capillari e adipociti, costretti dalla formazione di una rete di fibrille connettivali, si trasformano in piccoli noduli perdendo la loro funzionalità.

**STASI LINFOCIRCULATORIA:** il perdurare della condizione infiammatoria e della sofferenza a carico dell'apparato circolatorio, oltre a penalizzare esteticamente la silhouette, causa una sensazione di indolenzimento e dolore anche al semplice sfioramento della parte colpita.



# CO

## **DRITTE ALLO SCOPO**

*E' sempre preferibile puntare su linee per pelli con couperose, ma in alcuni casi anche creme e lozioni d'uso comune si rivelano adatte allo scopo. «Basta saper leggere l'etichetta: tra le caratteristiche imprescindibili, l'assenza*

**CAMOMILLA**

**OLIO DI GERME DI GRANO**

**GINSENG**

**IPPOCASTANO**

**CALENDOLA**

**FRAGOLA**

**RUSCO**

**ESTETICA** Tutte le armi per rimettere in ordine la rete dei capillari "ribelli"

# Stop alla cuperoze

di Laura Belli

Perdita di elasticità, ristagno di sangue, predisposizione: **le venuzze si dilatano ed ecco l'antiestetico rossore.** Di mezzo ci si mettono pure i cosmetici sbagliati. **Correre ai ripari si può, anche col laser**

ESTETICA

*di alcol e la totale ipoallergenicità del prodotto. Così come la presenza di alcune fra le sostanze più efficaci per contrastare l'aggravarsi del disturbo», afferma il dottor Antonino Di Pietro. Eccone alcune e le rispettive proprietà.*

**antiflogistica, decongestionante e lenitiva emolliente, restitutivo e nutriente tonificante e antinfiammatorio**

**aumenta la resistenza capillare, contrasta edemi e stimola la circolazione**

**lenitiva, decongestionante, emolliente e cicatrizzante**

**astrigente, tonificante, rafforza il trofismo cutaneo**

**vasocostrittore e vasoprotettore**

Le statistiche parlano chiaro: con un rapporto di 2 a 1, la couperose miete più vittime tra le donne, penalizzate da striature serpiginose e rossastre sul volto. «**A provocare la persistente dilatazione della rete sottocutanea di capillari sono cause costituzionali, genetiche e metaboliche, che si aggravano col passare degli anni**», spiega il dottor Antonino Di Pietro, specialista in dermatologia di Milano. «Quando cioè la perdita di elasticità delle pareti capillari che ne consegue determina un consistente ristagno di sangue. Elasticità messa a dura prova anche da fattori esterni, quali raggi Uv e sbalzi di temperatura, che, come noto, inducono una vasodilatazione. A lungo andare si verificherà un progressivo sfianamento delle pareti capillari, che porterà al ristagno di sangue e quindi alla couperose».

C'è di più. La couperose sembra avere, infatti, anche una causa scatenante di carattere psicosomatico. «In soggetti predisposti, il frequente arrossire per timidezza può peggiorare la situazione, apportando un notevole afflusso di sangue al volto», continua il dottor Di Pietro. Senza contare i danni prodotti dall'uso di detergenti e cosmetici aggressivi o comunque non tollerati dalle pelli affette da couperose. Vediamo che cosa si può fare per spegnere, o almeno arginare, l'incendio che divampa sul viso.

## SOLUZIONI A PROVA DI ROSSORE

Applicare tutti i giorni, anche quando si resta a casa, una crema specifica per pelli con couperose è il primo passo per tenere sotto controllo il

problema. «E' fondamentale che si tratti di una **crema provvista di due caratteristiche: innanzitutto dev'essere non grassa e, in secondo luogo, deve lasciar traspirare l'epidermide, scongiurando così un ulteriore surriscaldamento cutaneo.** Per lo stesso motivo, sono da bandire maschere e trattamenti termoriscaldanti, l'esposizione prolungata a fonti di calore e l'uso di acqua troppo calda quando ci si lava il viso».

### E ORA A TAVOLA: MANGIA CHE TI PASSA

Anche con l'alimentazione a tavola (o attraverso l'assunzione di integratori) è possibile combattere il problema rappresentato dalla couperose. «Aumentando innanzitutto l'apporto di antocianosidi, contenuti per esempio

### MOMENTO BUONO

*La stagione fredda è l'ideale per trattare i pazienti affetti da couperose. Sia che si adoperi la diatermocoagulazione a radiofrequenza, sia che si faccia ricorso al laser, a consolidare poi i risultati ottenuti è anche la temperatura esterna. Il freddo, si sa, è un ottimo vasocostrittore: proprio quello che serve per "completare l'opera".*



C.V. KASTEEL

## TRATTAMENTI MIRATI

### \* PROTEGGERE GIORNO E NOTTE

Una protezione ventiquattr'ore su ventiquattro la si può ottenere con le specialità del Cofanetto Linea "Cosmetica Couperose", di Collistar (44mila lire): contiene una crema per idratare e alleviare i rossori durante il giorno e una crema super nutriente e rigenerante per prendersi cura della pelle durante le ore del sonno. Entrambe sono formulate con purissimi estratti e distillati vegetali, che sono stati associati ad oli ed emulsioni addolcenti, per garantire il corretto trattamento delle pelli con couperose.

### \* DETERGERE CON DELICATEZZA

La perfetta pulizia non invasiva è un'esigenza comune a tutti i tipi di pelle. A maggior ragione di quelle sensibili, che troveranno due validi alleati nella Lozione Tonica Dermolenitiva (26mila lire) e nel Latte Detergente Dermolenitivo (34mila lire) della Olos Natura Frutti di Bosco. Sono indicati sia per rimuovere il make-up sia per detergere la pelle al posto del tradizionale sapone: contengono estratti di lampone, ribes, fragola e mirtillo nero, che, associati a ipocastano e provitamina B5, sono in grado di garantire una benefica azione vasoprotettrice, idratante e decongestionante.

### \* CAMUFFARE, UN'ARTE

Quando serve, il problema lo si può combattere anche nascondendolo. E' un'operazione che, per esprimersi al meglio, deve avvalersi degli strumenti adatti. Si parte dunque con un correttore cromatico in grado di attenuare il rossore nei punti critici: i truccatori solitamente ricorrono al verde, meglio ancora se di due tonalità come Concealer Swirl di Madina (19mila lire). Stendere subito il fondotinta sarebbe un errore. Prima, per uniformare e levigare l'incarnato, serve una base: leggero e facile da sfumare, Camouflage Cream di Prescriptives (38mila lire) regala luminosità e prepara la pelle all'applicazione del make-up, assicurando al tempo stesso protezione dai raggi solari grazie alla presenza di un filtro solare.

nei frutti di bosco. E ancora, di vitamina C e di bioflavonoidi: sostanze note per le loro proprietà vasoprotettrici ed elasticizzanti».

Infine, **chi ama le "ricette verdi" troverà in erboristeria una lunga serie di alleati noti per le loro proprietà decongestionanti e tonificanti** (fra questi ricordiamo ippocastano, biancospino, frutti di bosco e camomilla), efficaci al punto da rientrare addirittura nella formulazione di prodotti cosmetici per pelli affette da couperose (vedi il box alla pagina precedente).

## LA BELLEZZA CHE ARRIVA VIA RADIO

«Esistono naturalmente anche delle soluzioni di medicina dermoestetica in grado di eliminare la rete di venuzze», ricorda il dottor Di Pietro. «Fra le tecniche più efficaci la diatermocoagulazione a radiofrequenza: preso come bersaglio il capillare malato, viene colpito da onde ad alta frequenza che ne provocano la coagulazione. Quindi la scomparsa. Stesso meccanismo d'azione, ma differente fonte energetica, con il laser: in questo caso, infatti, a bersagliare il capillare sarà un fascio di luce. Ricordiamo che a consolidare il risultato è anche la temperatura esterna: per questo i dermatologi tendono a prediligere la stagione fredda per trattare i pazienti affetti da couperose». Indubbiamente, in presenza di predisposizione costituzionale, il fenomeno non è esente da recidive, trattabili comunque a distanza di tempo nello stesso modo senza alcun rischio a carico dell'epidermide. «Vi è tuttavia una situazione in cui, prima di procedere alla terapia con laser o alla diatermocoagulazione, è necessario trattare le parti colpite con pomate o attraverso l'assunzione di farmaci vasoprotettori», puntualizza il dermatologo. «E' quello dell'acne rosacea, una complicità della couperose, che colpisce gli angoli delle labbra, la fronte e i lati del naso. A provocarla è la crescita smisurata di un acaro, demodex, favorita dall'innalzamento della temperatura locale per grande afflusso di sangue. La follicolite cui dà luogo è molto simile a quella provocata dall'acne. Richiede pertanto una terapia in grado di favorire la guarigione delle pustole e al tempo stesso bloccare la riproduzione dell'acaro incriminato».



# Top Model? No, Bioscalin® Giuliani Retard

SE IL PROBLEMA E'...

ALLORA SI TRATTA DI...

Capelli fragili e opachi (sole, inquinamento, stress e fumo che moltiplicano la presenza dei Radicali Liberi).

Capelli sfibrati (phon troppo caldi, spazzolature energiche, shampoo aggressivi, permanenti e tinture).

Capelli indeboliti e sottili (cambi di stagione, alimentazione squilibrata, sole, vento e salsedine).

Contrastare i Radicali Liberi e proteggere il DNA del capello con un prodotto ad azione prolungata (12 ore).

Rinforzare il capello fornendo costantemente nutrienti specifici.

## CHIEDI AL TUO FARMACISTA



**Bioscalin Giuliani Retard**, con una capsula al giorno - presa al bisogno - contrasta

l'azione dei Radicali Liberi: molecole "impazzite" che insidiano costantemente la salute del capello. Una capsula di **Bioscalin Giuliani Retard** - attiva per 12 ore - fornisce Vitamine, Minerali e

Aminoacidi: sostanze anti-Radicali Liberi e nutrienti. Risultato: capelli più forti e luminosi, già dalle prime settimane!



Una capsula contiene: Vitamina C, E, B<sub>6</sub>, beta-Carotene, Calcio Pantotenato, Biotina, Metionina, Zinco, Manganese, Rame, Selenio.