

CON TUTTI I PRO
TV+SATEL
0,9

BELLEZZA TOTALE

le pettinature in
5 minuti e il trucco dal
naturale al sexy **PAG. 40**

**LA MAPPA DEGLI
SCAPOLI D'ORO**
dove puoi incontrarli in agosto
PAG. 12

**SOLE &
SALUTE**
confessioni
di un dermatologo
sempre abbronzato
PAG. 48

**LE RICETTE
SENZA METTERTI
AI FORNELLI**
PAG. 58

GIOCHI SOTTO
L'OMBRELLONE

body test

il tuo corpo ti si
la tua personalità

PAG. 79

qua
a tra

8 st

5 0 5 3 3 3 >

MONDADORI ANNO VI - EURO 0,90 - POSTE ITALIANE SPA - SPED IN A.P. - D.L. 353/03 ART.1, COMMA 1, DCE VERONA - AUSTRIA, EURO 1,45 - BELGIO EURO 1,30 - LUSSEMBURGO 1,20 - GERMANIA EURO 2,00 - SPAGNA EURO 1,50 - UNGHERIA HUF 350,0

benessere | se ne parla

mpre
colare
el sole
enderlo
tto

tutti al

TROPPI ALLARMISMI LO HANNO RESO UN NEMICO

A CURA DI GLORIA
BROLATTI+ TESTI DI
DOMITILLA FERRARI

Aspettiamo per mesi di essere bacciate dal sole, pronte a rosolarci per ore. Ma scagli la solita pietra chi, con tutti gli ammonimenti sui danni da raggi Uva e Uvb, si espone senza sensi di colpa. Sono anni che sentiamo dire: il sole fa male. invecchia la pelle, provoca il melanoma e così via. Eppure, la pelle abbronzata è più bella e liscia, la tintarella confonde i segni della cellulite e fa sentire tutte più sexy e in forma. Del resto, è anche vero che, per esempio, i dati sul rapporto sole-invecchiamento della pelle non sono un'invenzione: eritemi, colpi di calore, macchie, nei e capillari dilatati sono, spesso, un'eredità degli amati raggi. E allora? In modo quasi provocatorio, abbiamo intervistato chi, per mestiere, dovrebbe stare dall'altra parte della barricata e, per coerenza, sfoggiare una pelle bianco latte, come il dermatologo Antonino Di Pietro o l'oncologo Umberto Veronesi, che invece sono sempre abbronzati. E alcuni altri insospettabili. Per capire come conciliano scienza e piacere, sensi di colpa e tintarella. Le sorprese non mancano.



sono un
dermatologo solare
certo che un po'
di crema...

ANTONINO DI PIETRO 49 anni, medico chirurgo specialista in dermatologia, si occupa da oltre 20 anni dei processi legati all'invecchiamento cutaneo. Dirige il servizio di dermatologia dell'ospedale di Inzago (Mi) e svolge la sua attività di libero professionista a Milano. Ha condotto ricerche su terapie anti-aging ed è autore di un libro, uscito di recente, dal titolo *La bellezza autentica*, (Sperling & Kupfer, 15€).

MI SONO BRUCIATO ANCH'IO

Che rapporto ha con il sole?

Sono un dermatologo solare, uno che personalmente ama il sole e che anche professionalmente è convinto che faccia bene. D'altra parte siamo animali diurni.

Quindi, visto che la vediamo sempre abbronzata, va spesso al mare o ricorre alle lampade?

Non ho molto tempo per abbronzarmi al sole ma, fortunatamente, ho una pelle che si colora in fretta; poi, ogni volta che posso, vado al mare. Non faccio le lampade perché non danno un bel colore; inoltre, l'abbronzatura della lampada dura meno.

Usa precauzioni?

Non posso dire cose contrarie al buon senso: bisognerebbe sempre mettere, soprattutto i primi giorni di sole, una buona crema protettiva.

È vero che io poi non sempre la metto, ma è pur vero che sto poco tempo e mi copro la testa con un cappellino anche perché gli occhiali scuri non bastano, visto che con gli occhi chiari la troppa luce mi infastidisce.

Le è mai capitato di scottarsi?

Siccome ho la fortuna che le mie pelli si colora in fretta, anche se faccio

poche ore di sole, posso permettermi il lusso di espormi gradualmente. Anche per questo, lo dico sinceramente, non metto creme, ma riesco a non scottarmi. Benché, qualche anno fa, abbia vissuto l'esperienza di bruciarmi. Questo è il vero pericolo del sole: le scottature. Perché sono vere e proprie ustioni, estremamente pericolose, in quanto rischiano di scatenare l'insorgenza di tumori cutanei e, comunque, sono loro le responsabili dell'invecchiamento precoce della pelle. Per il resto, non temo il sole. Ma, ripeto, forse anche perché, in fondo, so che la quantità di raggi ultravioletti a cui mi espongo è abbastanza ridotta.



PAPA XVI, nel corso della sua recente vacanza a Les Combes, in Val d'Aoste, sta godendo le vacanze, che sono un'occasione per ritemperare lo spirito, si è tenuto lontano dai raggi diretti del sole. Appaiono visibilmente abbronzati i prelati che lo affiancano nella foto.

L'ESPRESSO

in piedi o sdraiati?

C'è una posizione privilegiata per prendere il sole? Secondo gli scienziati dell'università di Udine, interpellati dal mensile Focus, a mezzogiorno, quando i raggi sono quasi perpendicolari alla Terra, conviene stare sdraiati. All'alba e al tramonto, invece, è meglio stare in piedi, per compensare l'inclinazione dei raggi.

LEGENDA: ☀ prende poco sole ☀☀ sta al sole con moderazione ☀☀☀ appena può si espone al sole