

SETTIMANALE

€ 1,00 (IVA INCL.)



DIPIU'

27 FEBBRAIO 2017 - N. 8

CANTIERI EDITORE

Programmi TV fino al 26 febbraio

La cantante più sfortunata del Festival



Gilda con il trofeo

SANREMO

Dopo la mia vittoria hanno ucciso mio marito



Da staccare GABBANI

La foto gigante con la scimmia



FERRARI

Chi è la nuova stella di YouTube

MEDICINA SINGHIOZZO

Come fermarlo

TRUMP

Tutti contro suo figlio



Milly Carlucci

Parte "Ballando con le Stelle"



LANCIO NEL BALLO I PIU' AMATI DAGLI ITALIANI

il mio mito Fausto Leali e la stella della TV, il capitano di "Don Matteo" Simone Montedoro



Diretta da Sandra Moroni

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

• Barba: usate la schiuma • Lo sport rende elastica la pelle • Afta: la causa è lo stress

Ho l'abitudine di farmi la barba con il rasoio elettrico ma vorrei provare quello a mano. Mi chiedevo se l'uso della schiuma da barba fosse indispensabile e come applicarla.

Raul

Per prima cosa, le consiglio caldamente di utilizzarla. Infatti la schiuma da barba svolge varie importanti funzioni. Innanzitutto, facilita lo scorrimento della lama sulla pelle, consentendo così di contrastare l'irritazione provocata dal passaggio del rasoio. Permette inoltre di ammorbidire la pelle e di idratarla. Per applicarla correttamente, le consiglio di spalmarla sul viso in maniera uniforme, facendo attenzione a non tralasciare alcuna parte di pelle. Le suggerisco anche di prestare molta cura alla zona del collo, che è piuttosto sensibile. Per la quantità, le suggerisco di non eccedere. La schiuma non deve essere molta: è sufficiente un velo uniforme di un paio di millimetri.

So che fare sport fa bene per molti motivi. Procura anche un effetto positivo sulla pelle?

Loredana

Certamente. Lo sport e in generale il movimento fisico, anche quando è moderato come una camminata, garantisce diversi benefici alla pelle. Per prima cosa permette alla circolazione di riattivarsi: il sangue porta così ossigeno alla

pelle, mantenendola sana, elastica e luminosa. Ma non basta. Il sudore che è normalmente prodotto quando si fa attività fisica permette di eliminare le impurità e le tossine accumulate nella pelle. Inoltre mettere in movimento il corpo aiuta a regolarizzare la produzione ormonale generale. Infatti, se questa risulta alterata, la pelle ne risente subito. Infine a questi effetti positivi si aggiunge il fatto che l'attività fisica tonifica la pelle, contrastando problematiche diffuse quali la cellulite e le smagliature.

Da qualche mese mi capita di avere spesso le afta. Secondo lei può dipendere dallo stress? Che cosa mi suggerisce per prevenirle e per favorirne la guarigione?

Pamela

Sì, lo stress è uno dei fattori scatenanti delle afta poiché ha effetti sul sistema immunitario, indebolendolo e rendendolo così più soggetto a disturbi di vario genere. Per prevenire queste fastidiose ulcere, le consiglio di assumere vitamina B prima dei cambi di stagione. Infatti la sua carenza può provocare la loro comparsa. Quando le afta sono già presenti, invece, le suggerisco di non fumare, di evitare le bevande alcoliche e di non consumare cibi eccessivamente caldi, che potrebbero aumentare l'irritazione, peggiorando la situazione e rallentando il processo di guarigione.