

RESTA IN FORMA: IMPARA A FARE LA VERTICALE

menshealth.it

Men's Health

settembre 2020

THE BIG WORKOUT

Più muscoli
in 4 settimane

Che cos'è
(e come
fare)
il **body
pump**

La verità
su filler
e botulino

ALLERGIE
combattile
tutto
l'anno

Felicità:
Come
dove
quando
e perché
puoi
averne
di più

Triathlon
dove il
divertimento
è senza limiti

CUORE
25

trucchi per
mantenerlo
sano e forte

Il **CORE** in
30' X 4 VOLTE
alla settimana

GENERAZIONE C
il futuro
dei giovani

RIVOLUZIONA IL TUO WORKOUT

**Allenati anytime, anywhere
E diventa anche tu Live Trainer!**

€ 3,50 IN ITALIA - MENSILE
ISSN 1590-3575
P.I. 22/09/2020
NUMERO 219
0.0219
9 771590 357003



La verità su filler e botulino

QUANDO LE RUGHE SI FANNO PIÙ MARCATE, È MEGLIO NON ASPETTARE. LA MANO DEL CHIRURGO ESTETICO PUÒ FARE MOLTO PER FERMARE QUESTO INVECCHIAMENTO APPARENTE GRAZIE A DUE SEMPLICI INTERVENTI POCO INVASIVI: FILLER E BOTULINO. MA TRA RIEMPIRE E DISTENDERE LE RUGHE DA UNA PARTE E GONFIARE E STRAVOLGERE LE FORME NATURALI DEL VISO DALL'ALTRA IL PASSO È BREVE: IN MEZZO C'È LA SAPIENZA DEL CHIRURGO PLASTICO. CHE SPIEGA TUTTO IN QUESTE PAGINE



IL DOTTOR PAOLO SANTANCHÈ

Nato a Torino nell'agosto del 1949, figlio di un ginecologo, Paolo Santanchè decise fin da piccolo che sarebbe diventato medico. Dopo la laurea in medicina e chirurgia e la specializzazione in chirurgia plastica nell'ateneo della sua città, decise di frequentare all'estero i migliori chirurghi internazionali, per perfezionarsi secondo le più avanzate metodiche, rifuggendo così dai dogmi delle scuole ufficiali, alla ricerca del perfezionamento di quella creatività che, da sempre, contraddistingue il suo lavoro. Specializzato in Chirurgia Plastica all'Università di Torino nel 1977, è autore di numerosi lavori pubblicati sulle più autorevoli riviste scientifiche nazionali ed internazionali e del libro **Come difendersi dal chirurgo estetico (giuda alla scelta dell'intervento giusto e di chi lo dovrà eseguire)**, Mariotti editore, 2004 www.santanche.com

I VARI TIPI DI ACIDI IALURONICI, utilizzati come riempitivi e come rivitalizzanti, insieme alla tossina botulinica offrono una vasta gamma di possibilità di interventi poco invasivi ma comunque altamente migliorativi per l'estetica del viso. La prima cosa importante da sapere su questi due strumenti a disposizione della medicina estetica, però, è che sono due tipi di supporto molto diversi uno dall'altro.

I filler, ovvero gli acidi ialuronici

L'acido ialuronico viene usato come filler (dall'inglese to fill, riempire) e serve a riportare volume nelle zone del viso che si sono svuotate con il tempo. Per esempio: lo

zigomo che si è asciugato, facendo ormai un'ombra sotto l'occhio, l'occhiaia stessa che può formarsi sotto l'orbita, soprattutto quando c'è anche un accenno di borse sotto gli occhi, o i solchi naso-labiali, che sono quelle rughe più profonde che vanno dall'ala del naso fino all'angolo della bocca e che poi tendono a scendere anche fino alla mandibola. L'acido ialuronico serve quindi a colmare tutte quelle piccole depressioni che creano ombre e rughe sul viso.

Come cambia un viso giovane da uno invecchiato e rovinato

Un viso fresco e giovane è sempre caratterizzato dalle convessità più che dalle conca-

vità. Il primo segno di invecchiamento, che compare spesso già nei giovani trentenni, è un dimagrimento del viso e una perdita nel tessuto adiposo sottocutaneo che può accentuare o formare zone leggermente concave in varie parti del viso. In tutte queste zone che perdono la loro naturale convessità si forma un'ombra che toglie luminosità al viso. Anche se non è assolutamente necessario fare riempimenti eccessivi, portare una zona del viso dalla leggera concavità a un minimo di convessità può davvero cambiare completamente l'effetto finale e far ringiovanire parecchio quella persona.

Quanti tipi di acidi ialuronici diversi esistono?

Gli acidi ialuronici possono essere prima di tutto riempitivi, come abbiamo detto, o rivitalizzanti, ovvero più fluidi e leggeri. Una caratteristica di tutti gli acidi ialuronici, infatti, è quella di trattenere l'acqua, portando maggior idratazione nel sottocutaneo e alla cute. Questi tipi di acidi ialuronici più leggeri vengono quindi usati per avere proprio questa attrazione per l'acqua, questa idrofilia, che porta a una miglior idratazione della pelle, rendendola più turgida e più fresca. Questo intervento è molto utile soprattutto dopo l'estate e quindi dopo aver preso molto sole. Esistono poi tanti tipi di acidi ialuronici e anche tante densità diverse. C'è quello che va bene sullo zigomo e quello che va bene sulle labbra. Vanno adattati alle diverse situazioni.

Tutt'altra cosa, invece, per il botulino

La tossina botulinica è un vero farmaco che ha un'azione inibitoria sulla trasmissione neuromuscolare, agendo sulla placca motrice del nervo che dà l'impulso alla fibra muscolare, ovvero al collegamento tra il nervo e il muscolo. La tossina botulinica inibisce questa trasmissione e quindi la contrazione del muscolo. Non a caso nasce come farmaco per gli spasmi muscolari come quelli del torcicollo o anche dello strabismo.

Successivamente si è però scoperto che il botulino funziona anche sui muscoli "pellicciai", quelli che regolano la mobilità del volto e che danno l'espressività alla faccia. E che però fanno anche nascere le rughe, là dove questi muscoli agiscono più di quanto non si vorrebbe: succede così per la glabella (la concavità tra naso e fronte), dove si formano le



tipiche rughe verticali subito sopra il naso, o per la fronte stessa, dove si formano le tipiche righe orizzontali, oltre alle cosiddette zampe di gallina intorno all'occhio.

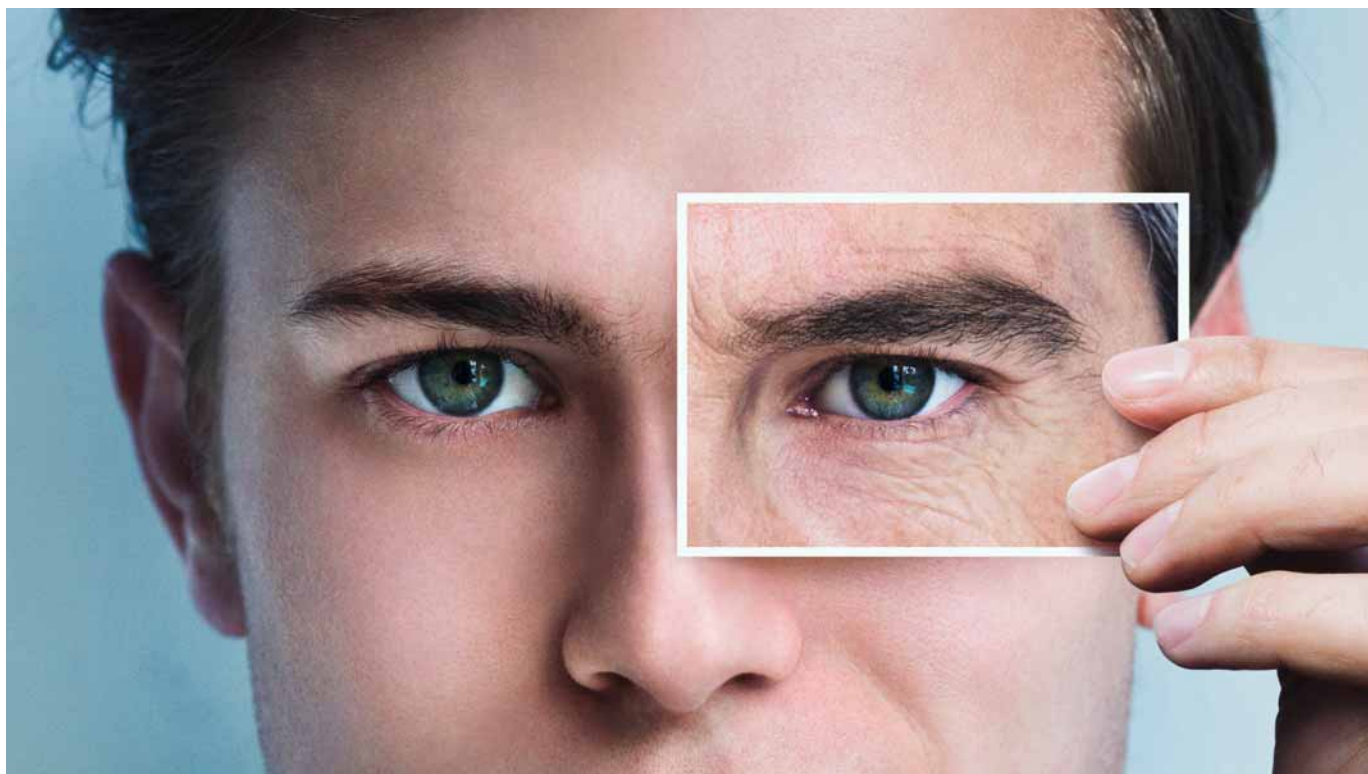
Come si usa la tossina botulinica?

La tossina botulinica è un mezzo come può esserlo il pennello del pittore: i risultati che può dare dipendono da come viene usata e dal tipo di tossina botulinica. Ci sono tossine botuliniche precise, che hanno un'azione estremamente circoscritta, con cui è possibile colpire esattamente il punto preciso e solo quel punto, ma che ovviamente richiedono da parte del chirurgo una conoscenza perfetta dell'anatomia del viso in modo da poterla

indirizzare là dove serve e solo in quel punto. Ci sono invece tossine botuliniche che hanno un effetto più diffuso nei dintorni della zona colpita. Queste ultime sono quelle che più facilmente però possono dare il cosiddetto effetto "faccia di cera", perché colpiscono fibre varie in un'area molto estesa del viso, dando l'effetto di una faccia statica e finta. Con la tossina botulinica quindi si possono ottenere diversi effetti. È come con il bisturi: dipende da chi lo usa e da come lo usa.

Filler e botulino si possono usare insieme?

Acido ialuronico e botulino sono complementari e possono essere usati contemporaneamente, là dove ho bisogno di riempire



ma anche di attenuare una eccessiva contrazione. Con un intervento solo è possibile quindi dosare e modulare questi prodotti, che hanno indicazioni precise e che vanno utilizzati con sapienza e buon gusto. Tra riempire in modo oculato e gonfiare il passo è breve. Un conto è ripristinare un volume o migliorare una linea e un conto è gonfiare. Di sicuro si otterrà sempre un certo gonfiore quando si tenta di usare il filler, l'acido ialuronico, al posto del lifting, perché è possibile riempire una cosa che si è svuotata, ma se cerco di riempire una cosa che si è anche rilassata la devo iper-riempire e allora il risultato è una inevitabile deformazione, soprattutto se si parla del viso, dove i margini di errore tra troppo o troppo poco sono davvero piccolissimi. È molto facile quindi esagerare e cambiare la faccia del paziente. Bastano spesso pochi grammi di materiale di troppo per fare un disastro.

È quello che succede spesso sulle labbra?

Le labbra sono una zona molto delicata: un labbro inferiore con un grammo di filler di troppo diventa gonfio e sproporzionato. L'estetica delle labbra è estremamente delicata perché va considerato sia il rapporto delle labbra con il viso sia quello tra labbro

superiore e inferiore, oltre a quello tra le labbra e i denti. Spesso questi rapporti vengono trascurati e si vedono persone con un labbro superiore esagerato, a papera, quando normalmente il labbro superiore deve sempre essere più piccolo di quello inferiore. Il rapporto dovrebbe essere sempre circa 4 a 6 tra labbro superiore e inferiore. Ci sono poi bocche bellissime che però hanno un labbro superiore molto sottile. È quasi sempre quello inferiore, infatti, che rende sexy e speciale la bocca. Anche perché gonfiando il labbro superiore spesso diventano poco visibili i denti e quindi si rovina il sorriso.

Che cosa può andare storto nell'usare filler e botulino?

Spesso sono i pazienti che chiedono le cose sbagliate. E purtroppo spesso il professionista poco serio pur di accontentare le illusioni del paziente esegue interventi non proprio corretti. Il professionista preparato e serio, invece, non dovrebbe mai dire semplicemente sì al paziente ma aiutarlo a capire come raggiungere l'effetto desiderato. Considera che la naturalezza è sempre al primo posto tra le caratteristiche di un bel viso e che la mano del chirurgo negli interventi ben riusciti non si deve vedere. I vip sfigura-

ti dalla chirurgia estetica che si vedono sui rotocalchi da spiaggia sono quasi sempre rovinati dal filler usato male, non dalla buona chirurgia estetica.

A chi si rivolge il filler e il botulino?

Ogni cosa deve avere la sua indicazione. I filler e il botulino vanno bene sempre, sono complementari, e non esiste mai una delle due come alternativa all'altro. Possono essere usati insieme, ma di sicuro non si usano filler e botulino al posto della chirurgia. Questo è spesso il problema dei cosiddetti medici estetici, quelli che non fanno la chirurgia estetica ma solo filler e botulini e che, non avendo molte frecce al loro arco, possono cercare di ottenere con i loro mezzi alcuni risultati che invece sono appannaggio della chirurgia. Il vero chirurgo, quello serio, dovrebbe sempre avvertire il cliente quando il filler e il botulino non bastano ma serve la chirurgia estetica. Se fatti senza il buon senso il filler e il botulino possono arrivare a rovinare la faccia ai pazienti. La raccomandazione è quindi sempre quella di rivolgersi al professionista preparato che abbia a cuore prima di tutto il risultato finale e la salute del cliente, non solo quello di vendere una prestazione.

UNA MEDICINA ESTETICA MODERNA E IDEALE

Filler e botulino sono sempre più sofisticati, più fluidi e passano attraverso aghi sottilissimi, per di più associati con dell'anestetico locale e completamente indolori. Non dovendo quindi soffrire, anche gli uomini oggi possono utilizzare queste cure estetiche per rimediare alle loro rughe o per mantenere il più a lungo possibile un viso giovane e fresco. La tendenza maschile ad avere la fronte corrugata con l'età, oltre che le sopracciglia, trova oggi in questi rimedi la soluzione ideale. Senza contare il fatto che le sostanze che si usano oggi sono molto più mirate alle varie zone del viso e ai diversi tipi di rughe. La ricchezza dei prodotti sul mercato, però, rende ancora più importante la scelta del medico giusto, che deve conoscerli, saperli usare e consigliare.

QUANDO SERVONO FILLER E LIFTING INSIEME

I filler, ovvero gli acidi ialuronici o l'idrossiapatite di calcio, servono a riempire e si possono usare per riempire per esempio i tessuti del viso che sono dimagriti con l'età, soprattutto nelle persone sotto i 40 o 45 anni, o per i cinquantenni che magari non hanno voglia di fare il lifting. Il filler in questi casi ha l'effetto desiderato anche se non ti permette di ringiovanire di 15 anni come a volte può fare un lifting.

Per un miglioramento più drastico serve la chirurgia. Quest'ultima si usa anche per la cosiddetta blefaroplastica inferiore che permette di togliere le borse sotto gli occhi. Nella palpebra superiore invece normalmente non si ha un eccesso di grasso ma di pelle, che genera una piega che nei casi più gravi arriva a toccare le sopracciglia dando un aspetto pesante e molto stanco allo sguardo. In questi casi la blefaroplastica va a togliere chirurgicamente questa striscia di pelle in eccesso.

SE SI VEDE LA MANO DEL CHIRURGO QUALCOSA È ANDATO STORTO

La differenza tra un ottimo intervento correttivo delle rughe, o di una parte di viso dove i tessuti si sono rilassati con l'età, e un pessimo intervento è sempre visibile dall'esterno: nel primo caso nessuno si accorgerà di nulla e ti troverà soltanto più giovanile, più in forma, più luminoso. Nel secondo caso tutti si domanderanno che razza di chirurgo plastico ti ha curato e che cosa è andato storto per averti gonfiato in quel modo innaturale una parte della faccia.

NESSUNA CONTROINDICAZIONE

Il filler non fa male e non ha controindicazioni. Ovviamente gli interventi devono essere eseguiti a regola d'arte. I casi di intolleranza sono veramente una rarità. La tossina botulinica non ha controindicazioni né intolleranze. La si usava già, molto prima che si conoscessero i suoi effetti estetici, nella cura dello strabismo o del torcicollo, ovvero in tutti i casi in cui c'era un problema di ipercontrattilità muscolare. Tra l'altro l'uso della tossina botulinica nella medicina estetica ha dosaggi molto inferiori a quelli della neurologia o del torcicollo. Filler e botulino sono quindi prodotti sicuri, purché vengano usati nel modo adeguato. I problemi non vengono mai dal filler o dal botulino ma da chi esegue l'intervento. Gli acidi ialuronici comunque si riassorbono. Se invece il problema è dovuto a un prodotto scadente, che si è rivelato irritante, bisogna vedere di volta in volta che cosa fare. Nella maggioranza dei casi il tempo rimedia a questi errori.

