**SANI & FORTY** COME SALVARE LA TUA VITA A 40 ANNI

menshealth.it

# Men's Health

Giugno 2019

## Nerd & SuperEROE

## Joe Manganiello

Mettici la passione

## 23 TRUCCHI PER LA FELICITÀ

Le **ricette** per fare il pieno di energia dopo il **workout**

**CROSS LIFTING**
*FLEX YOURSELF!*

**HIIT:**
TANTA SPESA & TANTA RESA

**PENE**
COME MANTENERLO IN FORMA

**Sfida vegan**
Per atleti e per tutti

QUIZ DEL MESE
**DIETA, FITNESS, SALUTE**

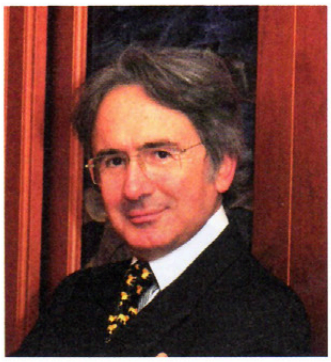
**SESSO ESTATE**
*IL PIACERE È SUL LATO B*

€ 3,50 IN ITALIA - MENSILE
ISSN1590-3575 P.I. 15/06/2019 NUMERO 207
9 771590 357003 90207

**Dottor Santanchè**

# La piccola chirurgia estetica del viso maschile

FILLER, BOTULINO, BLEFAROPLASTICA E LIPOSTRUTTURA: TUTTO QUELLO CHE DEVI SAPERE PRIMA DI FARTI METTERE LE MANI IN FACCIA DAL CHIRURGO (SE DAVVERO VUOI DIVENTARE PIÙ BELLO)



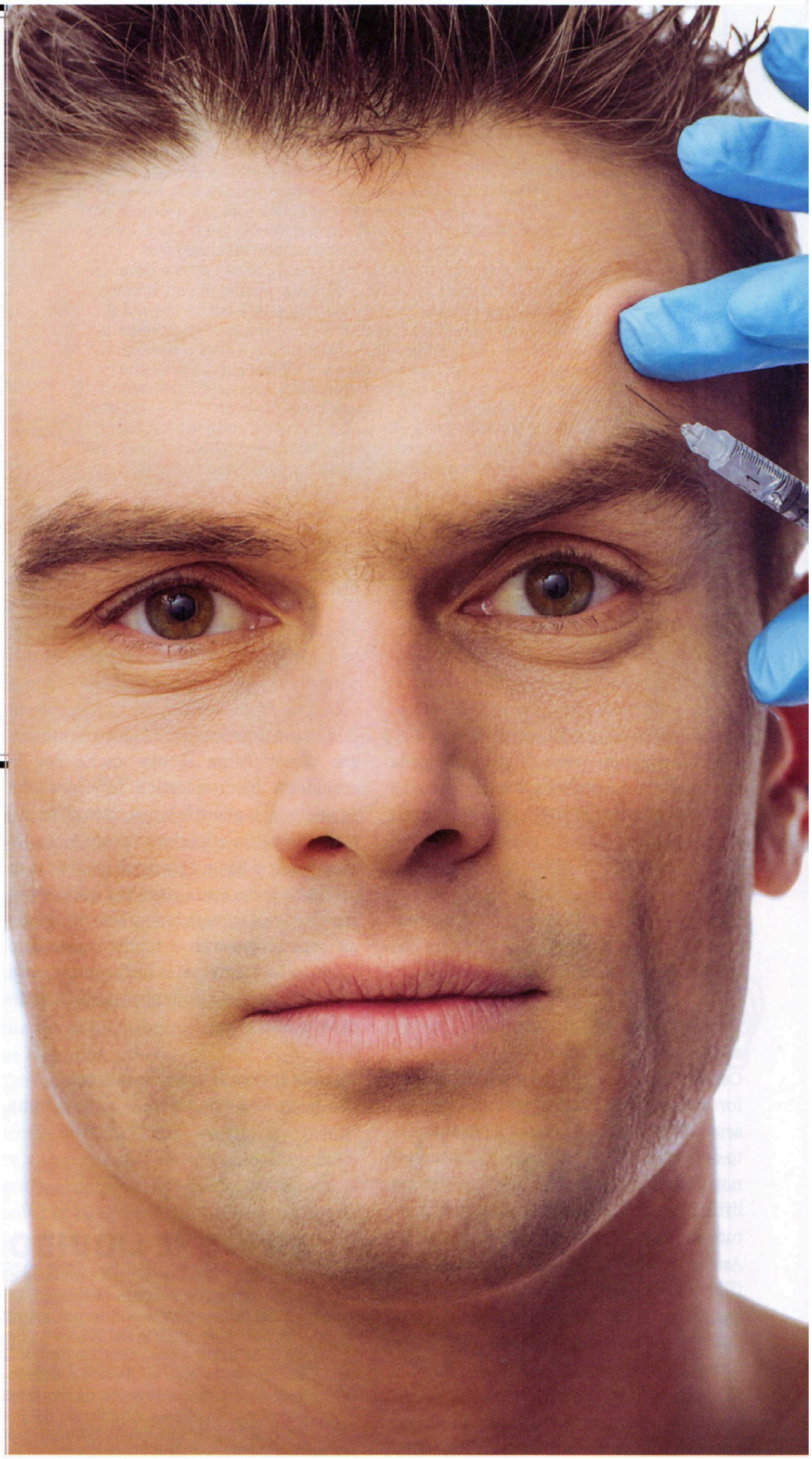
**IL DOTTOR PAOLO SANTANCHÈ**
Nato a Torino nell'agosto del 1949, figlio di un ginecologo, Paolo Santanchè decise fin da piccolo che sarebbe diventato medico. Dopo la laurea in medicina e chirurgia e la specializzazione in chirurgia plastica nell'ateneo della sua città, decise di frequentare all'estero 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

**UNA VOLTA LA CHIRURGIA ESTETICA ERA APPANNAGGIO FEMMINILE:** negli anni Ottanta, quando si parlava di collagene e dei primi filler, le punture erano dolorose, gli aghi grossi e ci voleva il coraggio stoico di una donna per affrontare quelle piccole torture. I maschietti non si sognavano nemmeno di sottoporsi a quel genere di chirurgia. Oggi però tutto è cambiato: i filler sono molto più sofisticati, molto più fluidi e passano attraverso aghi sottilissimi, magari associati con dell'anestetico locale. Scampato il pericolo di soffrire, quindi, gli uomini hanno cominciato anche loro a utilizzare queste cure estetiche per rimediare alle loro rughe o per mantenere il più a lungo possibile un viso giovane e fresco, avvicinandosi così ai vari acidi ialuronici, alla tossina botulinica e poi al lifting. La tendenza maschile ad avere la fronte corrugata con l'età, oltre che le sopracciglia, trova del resto 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 problemi, che siano essi nella zona delle labbra, degli zigomi, delle palpebre e così via.
La ricchezza dei prodotti sul mercato ha reso però ancora più importante il know how del medico, che deve conoscerli, saperli usare e consigliare. Non si tratta solo di fare una puntura: la chirurgia estetica oggi è molto evoluta e complicata. Per scegliere il prodotto, e a maggior ragione per usarlo, ci vuole molta competenza: ce ne sono di ogni tipo e con effetti e scopi diversi.

**Che cosa fa il filler quando viene iniettato in un punto del viso?**
Come dice il nome, il filler, dall'inglese to fill che significa riempire, è una sostanza che riempie una ruga o una depressione del-

## FILLER E BOTULINO NON FANNO PAURA

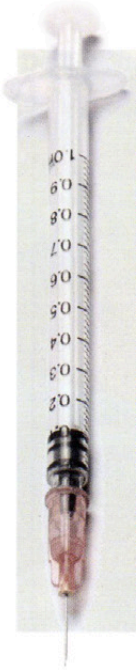
Il filler non fa male e non ha controindicazioni. Ovviamente gli interventi devono essere eseguiti a regola d'arte. I casi di intolleranza sono veramente una rarità.
La tossina botulinica non ha controindicazioni né intolleranze. La si usava già, molto prima che si conoscessero i suoi effetti estetici, nella cura dello strabismo o del torcicollo, ovvero in tutti i casi in cui c'era un problema di ipercontrattività muscolare. La si usava anche per casi di emicrania e cefalee, quindi sulla testa, e proprio allora si è scoperto questo suo effetto secondario ed estetico sulle rughe. 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. Dosi sbagliate o eccessive possono paralizzare il viso e gonfiarti all'eccesso. Gli acidi ialuronici però si riassorbono ed esistono prodotti che ne favoriscono il riassorbimento.
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.



la pelle del viso. Per ogni tipo di ruga e per ogni zona del viso, però, cambia il tipo di filler che viene iniettato nel viso. Non basta fare una puntura per avere il risultato: serve il prodotto giusto usato bene e nella quantità esatta. Non è una tecnica banale. Tanto che nelle foto sui giornali di gossip capita purtroppo spesso di vedere volti sfigurati dalla chirurgia estetica, con le labbra a canotto o altri evidenti difetti, tutti problemi che derivano non dai filler ma dal loro cattivo uso: perché vengono scelti male e iniettati nel modo o nel punto sbagliato.

**Quando bisogna usare il filler invece del lifting?**

Sono due cose molto diverse. Il filler non è un'alternativa alla chirurgia. Ogni cosa ha la sua indicazione: ci sono i casi in cui va usato il filler e altri casi in cui va usata la chirurgia, ovvero il lifting. Hanno effetti e utilizzi diversissimi. Questo è il problema della medicina estetica: il medico (non chirurgo) estetico, pur di non perdere il paziente,



## FILLER E BOTULINI DEVONO ESSERE SEMPRE GARANTITI

Per i filler è molto importante affidarsi ai migliori professionisti: sul mercato italiano ne circolano oltre 120 tipologie diverse e non tutti sono di qualità, dando quindi poi origine a disturbi vari quali infiammazioni, irritazioni, intolleranze e altre cose del genere. Quello che il paziente deve sapere è che tutti i filler hanno dentro la confezione i tagliandi che identificano il prodotto: un medico serio rilascia sempre quel tagliando al suo paziente, che lo deve conservare per eventuali altri interventi o disturbi futuri. Se un medico non rilascia questo tagliando al paziente è per lo meno sospetto, perché potrebbe aver utilizzato qualunque altro prodotto, anche illegale o fatto chissà come e dove. Lo stesso vale per la tossina botulinica, che non è un filler ma un farmaco che agisce sulla trasmissione neuromuscolare e va a inibire l'attività di quei muscoli mimici che sono portati a lavorare troppo fino a creare le rughe più profonde. Come per i filler anche qui ne esistono diverse tipologie ed è molto importante rivolgersi a medici specializzati che garantiscono l'utilizzo di un prodotto di qualità, rilasciando il tagliando corrispettivo. Il paziente non può sapere quale filler serve per il suo caso, perché questo giudizio spetta al medico, come per tutte le altre medicine e cure, ma ha il diritto di sapere quale farmaco, filler o botulino sono stati usati su di lui. E il medico ha il dovere di informare il suo paziente.

a volte cerca con il filler di intervenire là dove invece ci vorrebbe il bisturi. Peccato che questo porta a conseguenze disastrose: perché se è possibile riempire qualcosa che si è svuotato, non è invece possibile riempire una cosa che si è rilasciata, perché a quel punto si dovrebbe usare troppo filler e il risultato è appunto quello di gonfiare quella parte del viso a dismisura. I volti sfigurati e gonfi che si vedono sui rotocalchi sono dovuti a questi errori. La pelle rilassata e cadente non si guarisce con il filler: sarebbe come ingrassare per curare le rughe. Certo: quando ingrassi di 50 chili il viso e la pancia diventano più tesi, ma questo non vuol dire che stai meglio o che sei più bello.

**Può essere necessario usare sia il filler sia il lifting?**

Certo. Il rilassamento del viso dovuto a un forte dimagrimento, per esempio, può essere corretto con il filler, ma il rilassamento del viso dovuto al cedimento dei tessuti non si può riempire. Va trattato con un lifting. E non è possibile utilizzare le punture di filler al posto della blefaroplastica. Anche perché si otterrebbe un eccesso di filler che dà quasi sempre effetti abbastanza controproducenti. I filler, che sono prevalentemente acidi ialuronici o idrossiapatite di calcio, servono appunto a riempire qualcosa e si possono usare per riempire ad 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 ancora 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 piccola 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.

**Quando invece si usa il botulino?**

Uso la tossina botulinica là dove ho una muscolatura mimica che segna in modo eccessivo le rughe di espressione. Il botulino infatti non riempie ma limita il movimento della muscolatura mimica e serve per distendere le rughe delle cosiddette "zampe di gallina" e quelle tra le sopracciglia o sulla fronte. Niente altro.

**Ma c'è anche la lipostruttura: ci spiega che cos'è questa strana parola?**

Il primo segno di invecchiamento, dopo i 30 anni, è il dimagrimento della zona ma-

## SILICONE LIQUIDO: NO GRAZIE!

È molto più irreversibile il problema che deriva da un cattivo uso del silicone liquido, quello che viene iniettato nei tessuti. Che è ben diverso dal silicone con cui si fanno le protesi del seno nelle donne, per esempio. Teoricamente le iniezioni con questo prodotto sono proibite dal 1992 e il silicone liquido non è più a norma, ma c'è ancora chi lo ha usato e che potrebbe usarlo. Quel prodotto può fare danni irreversibili, perché è un prodotto eterno che non si deteriora. E qui torniamo al tagliando che il dottore deve dare al paziente e che ne dimostra l'autenticità e l'effettiva natura. Se un dottore consegna al paziente il tagliando del prodotto che ha utilizzato allora non può essere silicone liquido, che essendo illegale non ha tagliandi.

lare, la parte anteriore degli zigomi, al di sotto dell'occhio, che in questo modo segna il volto con una piccola ombra che può dare l'aria stanca.

Rimediare questo difetto non vuol dire gonfiare il paziente come un cicciobello. Si tratta invece di trovare quel grado corretto di convessità che restituisce la luce originale alla parte interessata, sotto l'occhio. Lo si può fare con il filler ma anche in un modo più sofisticato: in questi casi, infatti, visto che quello che ha creato il problema è una piccola perdita di grasso, è consigliabile una piccola lipostruttura, ovvero un piccolo autotrapianto di cellule grasse prese da un'altra parte del corpo. Per esempio dalla pancia.

Ovviamente è più complicato, ma è anche più definitivo come risultato, perché se il filler alla lunga è sempre riassorbibile, le cellule del tuo stesso corpo trapiantate sono molto più stabili e durature. Per questi casi in cui il viso è dimagrito dopo i 30 o 35 anni, un po' di lipostruttura può essere il modo migliore per ridare luce e freschezza al viso. Con il vantaggio, oltretutto, che il grasso, siccome contiene precursori cellulari e cellule staminali, migliora anche la qualità della pelle. È una vera e propria medicazione biologica che fa ringiovanire il tessuto.

**Filler e botulino si fanno in ambulatorio ma per la blefaroplastica e il lifting serve la clinica, giusto?**

Certo: questi interventi di piccola chirurgia si fanno in day surgery e con anestesia locale, anche se poi ti consentono di tornare a casa, magari con un paio di occhiali scuri, già due ore dopo l'intervento, senza sofferenza. Ci vorrà poi una settimana o 10 giorni per far scomparire i piccoli lividi nella zona operata. Gli effetti in compenso sono duraturi, perché quel grasso sotto gli occhi e quella pelle in eccesso o rilassata sopra le palpebre impiegano oltre un decennio a riformarsi. Per la palpebra inferiore addirittura io preferisco andare a togliere il grasso passando dalla congiuntiva (transcongiuntivale), senza nessuna incisione. Questo perché sulla palpebra l'esito delle cicatrici tende di solito a dare una forma arrotondata all'occhio, alla Larry Hagman, il petroliere di *Dallas*. E nei casi più gravi può addirittura dare un'esposizione della sclera dell'occhio. Invece, con la mia tecnica, l'occhio mantiene la forma originale. Sulla palpebra superiore invece non c'è questo rischio, perché ha una struttura fibrosa che la rende indeformabile e perché in quel caso il problema è proprio l'eccesso di pelle, che si deve togliere con il lifting.

### TORNANO LE ORECCHIE A SVENTOLA

La moda dei capelli corti esalta i muscoli ma anche l'inestetismo delle orecchie a sventola. L'intervento per correggerle è semplice e veloce e permette al paziente di tornare a casa in poche ore. Naturalmente è un intervento da eseguire in una sala operatoria, contrariamente al filler o al botulino. Ci vuole una clinica, come per tutti gli interventi chirurgici.