

RESTARE GIOVANI IN FORMA COME A 20 ANNI

menshealth.it

Men's Health

Settembre 2019

DANIEL FONTANA

TRE SPORT È MEGLIO DI UNO

LEZIONE DI
TRIATHLON

IL POTERE DEL RECUPERO

Scopri che cosa
manca al tuo
allenamento

**IRMA
TESTA**
Il guanto
rosa
della boxe

ALLENA LA MENTE

La potenza è nulla
senza cervello!

**TRAIL
RUNNING**
Il workout
completo
per tutti

FINE ESTATE
7 STRATEGIE
PER RIPARTIRE
DI SLANCIO

CARDIO CON
LA CORDA
+ forte + resistente

PERDERE PESO:
cambia così
il tuo girovita



€ 3,50 IN ITALIA - MENSILE

ISSN 1590-3575

P.I. 13/09/2019



9 771590 357003

NUMERO 209

Questione di naso

LA RINOPLASTICA È DA SEMPRE L'INTERVENTO SIMBOLO DELLA CHIRURGIA ESTETICA ED È STATO UNO DEI PRIMI INTERVENTI CHE L'HANNO RESA FAMOSA FIN DAGLI ANNI SESSANTA E SETTANTA. E DA SEMPRE LO FANNO ANCHE GLI UOMINI. ECCO COME...

Chi ha paura del naso?

Il naso è una delle strutture del volto che per prima crea i classici problemi adolescenziali. Anche perché il naso si sviluppa con le sue forme definitive proprio nell'adolescenza, mentre di solito da bambini tutti abbiamo un bel naso. Dalla maturità sessuale, dopo i 14 anni, il naso ha quasi sempre una crescita significativa e rapida, che non sem-

pre ti dà il tempo di abituarti al suo cambiamento. Il naso poi sta in una posizione dove non lo si può nascondere. E non puoi ignorarne nemmeno la funzione, quella respiratoria, che a sua volta può avere difetti e problemi che vengono fuori con l'età adulta.

Come deve essere il naso?

Prima di tutto deve essere adatto a te. Non

esiste un modello universale di naso bello o di naso brutto. C'è un naso che ti sta bene, che è fatto per te, e ce ne sono infiniti altri che non vanno bene. Contrariamente a quanto accadeva una volta, nessuno oggi si sognerebbe di venire da me con la foto di un attore dicendomi che vuole avere il naso come lui. Queste cose succedevano una volta. Oggi tutti sappiamo che ognuno ha il suo naso e che un naso che sta bene sulla mia faccia non sta bene sulla tua e così via. Quindi il naso si deve adattare con quello che gli sta intorno: occhi, fronte e bocca e così via.

Il naso cosiddetto "brutto" di solito quale problema ha?

Il naso che viene definito brutto di solito è un naso che per qualche motivo, diverso da caso e caso, attira l'attenzione e la distoglie dagli elementi espressivi del viso, che sono prima di tutto gli occhi e la bocca. Quindi nessuno è bello perché ha un bel naso, però tutti possiamo sembrare brutti perché abbiamo un brutto naso.

IL NASO NON È UNA MODA

► La cultura e il gusto dell'epoca definiscono sempre il canone della bellezza. Il Duca di Urbino del famoso ritratto di Piero della Francesca ha un naso incredibile, eppure si fa ritrarre di profilo mettendo in evidenza il suo naso "importante", che evidentemente non gli creava problemi o complessi ma che anzi considerava un attributo di cui andare fiero. Allo stesso modo, molto tempo dopo, nel secolo scorso, è arrivata la moda del naso piccolo e all'insù, alla francese. Ma anche il naso alla francese non sta bene a tutti. Diciamo che oggi la chirurgia estetica ha imparato per fortuna a non seguire le mode e a non seguire un ideale di naso unico per tutti. Il naso alla francese sta bene ai francesi (ma non tutti) o alle bambole: quello che la chirurgia estetica oggi deve inseguire è semmai la naturalezza, l'equilibrio, che cambiano da persona a persona. L'obiettivo è quindi quello di ritrovare le giuste proporzioni del naso rispetto al viso, affinché il volto sia armonioso e il naso non rubi l'attenzione al sorriso e agli occhi.

COME SI FA UN NASO?

► È un intervento di grande delicatezza e di grande precisione, che si fa modellando l'impalcatura del naso, costituita da una parte superiore ossea e da una parte inferiore cartilaginea. Sopra queste parti rimodellate si va a riadattare la pelle. È quindi un intervento tutto interno, che si fa attraverso le narici senza alcuna cicatrice esterna. Negli ultimi anni però ha preso piede la

cosiddetta tecnica "Open", che consiste invece nel tagliare la pelle sulla columella, la parte che divide le due narici, e di scappucciare da lì tutto il naso. Quest'ultima tecnica lascia una piccola cicatrice sotto il naso, quasi sempre invisibile, ma che secondo la mia opinione negli interventi di rinoplastica normali non offre nessun vantaggio e che può servire solo a rendere più facile il lavoro del chirurgo. È una tecnica che secondo me va quindi riservata alle rinoplastiche difficili, magari dopo un precedente intervento venuto male o dopo un trauma. In questi casi la tecnica "Open" rende sempre più facile l'intervento. Per tutti gli altri casi la via "interna" è ancora da preferire: è la meno invasiva e permette di fare tutto quello che si deve.

LA RINOPLASTICA CORREGGE ANCHE I DIFETTI FUNZIONALI DEL NASO?

► Certo. Una volta che si interviene sulla forma esterne si va sempre anche a sistemare la parte funzionale interna, ovvero la deviazione del setto nasale, che può essere di due tipi. Può essere puramente funzionale, quando dall'esterno non si vede. Oppure può essere una deviazione che fa apparire storta la punta del naso. In entrambi i casi impedisce una respirazione corretta, soprattutto sotto sforzo e facendo sport. Peraltro, qualora ci sia una grave deviazione funzionale, a fronte di un naso esteticamente normale, è possibile intervenire solo sul problema funzionale, senza modificare nulla all'esterno.

SODDISFATTI O RIOPERATI

Succede: ma nulla è definitivo. Si può correggere con un secondo intervento, anche se è sempre più difficile rispetto alla prima operazione. A maggior ragione, operare una anatomia alterata da un precedente intervento è ancora più difficile. Ma tutto si può fare.



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

CREDIT

FOTOGRAFIA DI XXXXXXXXXXXX

MENSHEALTH.IT 43

IL DIFETTO FUNZIONALE

► In oltre il 70 per cento dei casi il difetto estetico di un naso storto o brutto si accompagna a un difetto anche funzionale. Chissà quanti nasi belli invece nascondono piccoli difetti funzionali nel setto nasale. Questo difetto andrebbe verificato sempre perlomeno nelle persone che fanno sport ad alto livello, perché fa davvero la differenza. Diverso è il caso di chi fa l'impiegato, che può convivere con un setto nasale storto senza avere l'occasione di accorgersene. Ma nello sport professionistico si dovrebbe sempre verificare e risolvere.

È UNA OPERAZIONE DOLOROSA?

► Assolutamente no. È un intervento indolore. Chi ha la soglia del dolore molto bassa dovrà al massimo prendere

una normale pastiglia per il mal di testa. L'intervento è fatto in anestesia e una volta finito il paziente non sente più nulla e può andare a casa con i cerotti e i tamponi. L'unico fastidio dell'intervento è questa necessità di posizionare i tamponi all'interno del naso nei pochi giorni successivi, per tenere al loro posto le cartilagini rimodellate. Ma ci sono i tamponi con il buco per lasciar passare l'aria per chi è particolarmente sensibile o claustrofobico. In ogni caso, portare i tamponi è come avere un raffreddore, quindi è un fastidio sopportabile. Vengono poi tenuti i cerotti sul naso per una settimana, sempre per tenerlo in posizione, dopo di che si può togliere tutto. Ovviamente il naso per qualche mesetto dopo l'intervento resta delicato e non deve subire traumi. Infine, bisogna evitare di prendere il sole per un paio di mesi. Che non vuol dire non uscire di casa: basta usare le creme protettive e un cappellino. Oppure, visto che non è

mai un intervento di urgenza, meglio non farlo in estate.

QUANTO PUÒ CAMBIARE UN NASO PRIMA E DOPO?

► Dipende: si può fare molto e si può correggere qualsiasi tipo di difetto. Dipende dalla volontà del paziente e dal tipo di naso. A volte, quando si comincia a correggere la punta, si scopre che bisogna correggere anche la parte alta. Bisogna valutare. Va fatto comunque con mano leggera e rispettosa della fisionomia e della naturalezza del risultato. L'ideale, per capire quale risultato si vorrebbe e si potrebbe ottenere, sarebbe quella di guardare le proprie foto da giovani, più che le foto di attori e modelli. Il naso così come era prima dell'adolescenza di solito è al massimo della sua bellezza.

QUALE NASO È PIÙ BELLO

Il paziente chiede di essere più bello, questo non si discute. L'importante è non pensare di poter avere il naso di Brad Pitt o di John Travolta. Quello a cui bisogna guardare è l'armonia del proprio viso. Non si può però avere una idea realistica del risultato. Conviene semmai guardare i nasi che ha fatto quel chirurgo, perché indubbiamente la bravura e la capacità di chi opera fa la differenza. Anche le simulazioni fotografiche di solito servono più a illudere i pazienti che a farsi una vera idea del risultato. La rinoplastica è un intervento artistico: devi avere fiducia nel chirurgo e nel suo gusto, verificando prima che i suoi gusti rispecchino quelli del paziente. Non esiste però un bello assoluto ma solo la felicità del paziente, che si deve sentire soddisfatto e bello, e avere il beneficio psicologico che si aspettava.

ANESTESIA TOTALE E CLINICA

La rinoplastica è un intervento chirurgico serio e richiede una vera clinica e un vero anestesista. È possibile farla con la sedazione profonda e l'anestesia locale ma oggi si tende molto di più a utilizzare l'anestesia totale, che è molto più sicura per un semplice motivo: hai una maggior sicurezza nei casi di sanguinamento, perché il paziente intubato non potrà mai avere problemi dovuti al sangue che finisce nei polmoni. In più oggi, un paziente può risvegliarsi da una anestesia generale e andare a casa dopo poche ore.



NON È MAI TROPPO TARDI

Il minimo di età è intorno ai 16 anni. Per l'età verso l'alto invece non ci sono limiti. Anche se sarebbe strano che una persona che si è tenuta il suo naso per 60 anni decida poi di cambiarlo. L'età media è quindi giovane ma può capitare che si decida di farlo verso i 40 anni, quando c'è la consapevolezza e il desiderio di quello che si vuole e quando ci sono le condizioni economiche per affrontare l'operazione. I nasi rifatti in età avanzata, invece, possono essere dovuti a nasi che invecchiano male o a traumi particolari. Nel primo caso, quindi, di solito si fa la rinoplastica insieme al lifting per migliorare tutto il volto.

