

VIVE SANI

e belli

speciale COVID-19

GLI AGGIORNAMENTI
SULL'EMERGENZA
VIRUS E I CONSIGLI
SUI NUOVI STILI
DI VITA

L'altro sintomo

L'ASSENZA DI ODORI
E SAPORI È UN
SEGNALE INIZIALE.
CHE COSA SAPERE

LA DIETA SPEZZA-FAME

Un programma
che permette tanti
spuntini golosi.
E si perdono 2 kg!

Copia le star!

LE BEAUTY COCCOLE
DI ATTRICI E
MODELLE... ANCHE
SE NON ESCI

L'AUTO SHIATSU

Pochi tocchi, contro
l'ansia e i disturbi
muscolo-scheletrici

Se sei a casa (malato)

LE MEDICINE, IL CIBO,
LA PULIZIA: ECCO
COME COMPORTARSI

Il Papa insegna
La preghiera
e la fede possono
aiutarci a
stare meglio

STIPSI DA QUARANTENA

È tutto fermo, anche
l'intestino! Le soluzioni
sono nel piatto

non trascurare *le altre malattie!*

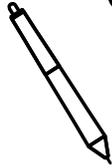
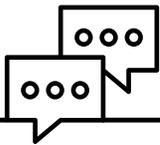
ipertensione, diabete, disturbi cardiovascolari,
tumori: i controlli, le cure, la prevenzione



domande&risposte

estetica

a cura di Chiara Masciocchi

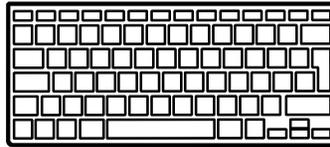


dottor
Giorgio Astolfi,
medico estetico
a Milano.

Ho 22 anni. Il mio problema sono i segni dell'acne sul viso. Come posso eliminarli?

Eva, Viterbo

Per ridurre e migliorare gli esiti cicatriziali esistono tecniche efficaci, come i laser e la luce pulsata. Nel primo caso consiglio l'utilizzo combinato del laser CO₂ frazionato microablativo (strumento d'elezione nella medicina estetica) e della tecnologia a radiofrequenza (a uso esclusivo medico). Il raggio laser stimola il rinnovamento dell'epidermide, levigando la pelle e stimolando la produzione di nuovo collagene; dall'altra parte la radiofrequenza restituisce all'epidermide tono, compattezza e riduce i tempi di guarigione e i possibili effetti secondari del laser, come eritema e gonfiore. Le cicatrici dell'acne appaiono notevolmente ridotte di dimensione e spessore. Il trattamento - che può essere ripetuto dopo due mesi - è indolore, dura circa 20-30 minuti. La metodica a base di luce pulsata, invece, irradia la pelle del viso con una luce di una particolare frequenza che stimola le difese immunitarie a distruggere i batteri responsabili dell'acne. Le sedute - della durata di 15 minuti - sono indolori e prive di effetti collaterali. Il trattamento è da ripetere a cadenza bisettimanale per ottenere risultati concreti.



dottorssa Anna
Del Prete, direttrice
dell'Accademia
professionale Pbs di
Monza.

Ho 26 anni e vorrei chiederle se posso sottopormi a un massaggio per alleviare i classici dolori da gravidanza, che si concentrano soprattutto su spalle e zona lombare.

Cinzia, Milano

Le confermo che può procedere regolarmente con un massaggio, senza avere nessun timore. Anzi, direi che è consigliato. Il massaggio, infatti, migliora la circolazione, favorisce il drenaggio dei liquidi e distende i muscoli donando un momento di rilassamento generale. Si ricordi, però, che è consentito solo il massaggio manuale e sono vietati tutti quelli effettuati tramite apparecchiature elettromeccaniche.



sondaggio

GLI ITALIANI ALLO SPECCHIO

I fianchi abbondanti e il naso pronunciato, il lato B appesantito e la pancetta. Secondo un recente sondaggio i complessi degli italiani sono per il 46% di natura estetica e ne influenzano pesantemente l'autostima tanto da minacciare la serenità dei rapporti con gli altri. Però, le moderne tecniche chirurgiche e i trattamenti estetici di ultima generazione consentono allo specialista di intervenire sulla persona in modo sicuro per andare a rimodellare le parti del corpo che non piacciono. Il trend del momento vede anche molti uomini ricorrere a interventi di chirurgia plastica per "aggiustare" il naso, così come anche il seno (ginecomastia maschile). Sempre più maschi, poi, richiedono l'intervento del chirurgo per eliminare il grasso depositato sulla pancia (addominoplastica).

→ IN GRAVIDANZA È CONSIGLIATO FARE SOLO MASSAGGI MANUALI



dottor Paolo
Santanchè,
chirurgo plastico
a Milano e Torino.

Vorrei aumentare il seno e ho sentito parlare di tre tecniche diverse: sottomammaria, dall'areola o dall'ascella. Che differenza c'è?

Laura, Asti

Sottomammaria, periareolare o ascellare non sono tecniche di mastoplastica, ma vie d'accesso. Attraverso ognuna di queste possono essere impiantate protesi rotonde o anatomiche, lisce o testurizzate, in sede retroghiandolare o retromuscolare.

Il posizionamento retroghiandolare o retromuscolare è un aspetto tecnico legato al tipo di protesi e alla costituzione della paziente, quindi è una decisione del chirurgo. La scelta della via d'accesso, e di conseguenza il posizionamento della

cicatrice, può essere lasciata alla persona. La via sottomammaria è la più semplice, quella periareolare è la più invasiva per la ghiandola, la via ascellare è quella che consente di non avere cicatrici sulle mammelle, ma nascoste in una zona "non sospetta".



Scrivete a
Viversani e belli
domande&risposte estetica
corso di Porta Nuova 3/A,
20121 Milano,
oppure email
posta@viversaniebelli.com