€ 2,00
settimanale n. 23
18/5/2022
Maggio 2022

GRAZIA

VICTORIA BECKHAM 48 ANNI CANTANTE E STILISTA

SPECIALE
I NOSTRI GIOIELLI VI EMOZIONERANNO

QUI CANNES
JASMINE TRINCA: UN'ITALIANA IN GIURIA AL FESTIVAL

STORIE
VOGLIO PROTEGGERE MIO FIGLIO GAY DALLE INGIUSTIZIE DEL MONDO

LE SPICE GIRLS, DAVID, I LORO 4 FIGLI E LA SUA NUOVA AVVENTURA DI MODA

VICTORIA BECKHAM

«ANCHE SE È PER ME STESSA CHE SCELGO COME VESTIRE, PIACERE A DAVID MI RENDE FELICE»

GRUPPO MONDADORI

UNA STRETTA DI MANO E SI RIPARTE

Per due anni la pandemia ci ha privati dei contatti fisici e disabituati al gesto più spontaneo. Ma **in occasione della giornata della salute della mano, il 21 maggio**, questa parte del corpo torna protagonista con iniziative per prendersene cura e interventi per migliorarla. *Grazia* ha indagato sul significato del saluto più diffuso al mondo e sul perché le nostra dita che si incontrano di nuovo siano una promessa per il futuro

di LETIZIA MAGNANI

Foto GETTY IMAGES

È uno dei gesti più antichi che si conoscano, eppure per due anni abbiamo dovuto rinunciarvi. Dare la mano porta in sé l'idea di un patto, la possibilità di un incontro, di un sodalizio che si gioca nei pochi secondi di quella stretta. Poi c'è stata la pandemia e la mancanza di gesti semplici, umani, utili, come appunto la stretta di mano, l'abbraccio o il bacio, l'abbiamo purtroppo sentita tutti.

Ovviamente oggi, anche se torniamo a salutarci con baci, abbracci e strette, per contesti più formali, occorre tenere sempre alta la guardia e usare comunque il gel disinfettante e una corretta igiene delle mani. Per proteggerle.

Ce lo ricorda **Luciana Marzella, chirurga dell'Istituto ortopedico Galeazzi, in occasione della giornata della salute della mano, il 21 maggio.** «Continuare a proteggere le nostre mani è importante, igiene e disinfettante non vanno accantonati, ma inseriti per sempre nella nostra routine, per noi e per gli altri. **Sono buone pratiche che abbiamo imparato e che non dobbiamo perdere, ma considerare un tesoro acquisito».** E continua: «Le nostre mani raccontano molto di noi, per esempio sulla nostra età, per questo vanno curate e protette, con creme idonee, anche contro i raggi del sole». Spiega Marzella: «Le mani sono la parte più esposta del nostro corpo al sole e agli sbalzi termici. Le creme solari evitano le macchie. In casa è bene usare sempre guanti protettivi, per evitare ferite e umidità. Consiglio, inoltre, di usare i guantoni da forno, per evitare scottature e ustioni. **Purtroppo, ci accorgiamo di quanto siano importanti le mani solo quando**

ci facciamo male. Un altro consiglio per tutti è quello di togliere gli anelli appena si entra in casa, anche la fede, per evitare di impigliarsi da qualche parte e di procurarsi traumi. Il chirurgo della mano può essere utile per rendere la mano più bella, non solo esteticamente, ma anche dal punto di vista funzionale».

Queste sono indicazioni promosse anche dalla Società Italiana Chirurgia della mano (SICM), presieduta da Alberto Lazzerini, primario del Galeazzi di Milano (vedi riquadro sotto). Prevenzione e cure, ma anche piccoli accorgimenti quotidiani sono quanto serve. Occorre rivolgersi al chirurgo della mano, un ortopedico, specializzato in neurochirurgia e microchirurgia, ma anche plastico, in caso di patologie serie. Se invece si vuole sembrare semplicemente più giovani, la risposta è nella chirurgia estetica.

«Le mani subiscono l'invecchiamento, anzi, essendo, come il viso, sempre esposte, vanno protette e ben curate», ci ricorda il chirurgo estetico **Paolo Santanchè**. Lavarle frequentemente, usare il gel disinfettante, ma anche ottime creme protettive, è sempre consigliabile. Se però si vuole mantenerle giovani e belle, si può ricorrere alla chirurgia estetica. «**I problemi di avvizzimento e di invecchiamento della mano si possono risolvere in due modi: con acido ialuronico, infiltrato sottocute, che, richiamando acqua, idrata e dona nuovo volume, da fare una o due volte l'anno. Oppure con la lipostruttura, che oggi è molto usata in chirurgia estetica.** Si tratta di autotrapianto di grasso. C'è un effetto meccanico, ma anche biologico, con un ringiovanimento reale della cute. Questo intervento è consigliato sia alle donne sia agli uomini, soprattutto a coloro che hanno già subito interventi in altre parti del corpo, per fare in modo che le loro mani non restino, diciamo, antiche, in un contesto globale che è stato curato con maggiori attenzioni», conclude Santanchè.

Il sociologo **Massimo Arcangeli** ha dedicato un libro, ***L'avventurosa storia della stretta di mano*** (Castelvecchi), a questa parte del corpo. Seguiranno in futuro altri due volumi, sull'abbraccio e sul bacio. «A noi sembra un gesto antichissimo, ed è così» , racconta Arcangeli. «Darsi la mano ha origini mediterranee e sanciva un'alleanza anche fra persone molto diverse fra loro. **Solo fra il Seicento e il Settecento diventa un gesto comune, per volontà dei quaccheri, una setta protestante inglese, che scelse la stretta di mano come gesto fra pari: significava appartenenza, capacità di riconoscersi e poi è diventato il modo comune di salutarsi quasi in tutto il mondo»**. Erano gli sposi, già in epoca romana, a darsi la mano, come se in quell'incontro di dita potesse esserci non solo un sodalizio, ma perfino la promessa di un futuro da costruire in comune, insomma un'alleanza solida, sancita appunto da un contatto semplice, ma efficace.

«Credo che sia anche per questo che ci è mancato tanto, in questi due anni, salutarci dandoci la mano, o poterlo fare con un abbraccio», conclude Massimo Arcangeli. «E ora che torniamo a una vita sociale simile a quella pre-pandemia, si vede ancora un poco di imbarazzo fra le persone, ma anche una sorta di sorriso liberatorio, quando poi ci si dà finalmente la mano, c'è il via libera a questo familiare contatto fisico».

Non per tutti è così. Ci sono popolazioni che si salutano in altro modo, per esempio in estremo oriente, con il *namaste*, il cenno del capo, le mani giunte in segno di saluto e reverenza. Anche i giovanissimi hanno trovato altre formule, dal saluto con i pugni chiusi che si sfiorano, al saluto solo verbale "bella zio", "ciao bro". Quel che è certo è che la socialità è mancata a tutti, al pari della fisicità. E oggi potersi incontrare senza restrizioni è bellissimo, proprio come una stretta di mano. ■

© RIPRODUZIONE RISERVATA

LE BASI DEL BENESSERE

Il 21 maggio si svolgeranno in tutta Italia numerose iniziative per promuovere una corretta informazione sulla cura delle mani. Sarà infatti la Giornata della salute della mano. Le mani parlano di noi, per questo vanno curate e igienizzate, sempre. Sul sito della Società Italiana Chirurgia della mano (SICM, *sicm.it*) si trovano informazioni utili, oltre alla lista dei chirurghi della mano, a cui è bene rivolgersi in caso di patologie. Non mancano indicazioni per chi vuole approfondire il tema anche con corsi di formazione.