

5 SETTEMBRE 2017 - N. 38

La tua abitudine al benessere

40 ANNI

Starbene

1,50 €



**PSICO
STRATEGIE
PER GLI ETERNI
INSODDISFATTI**

Dossier

**TUTTA LA
VERITÀ SUI
FORMAGGI**

**PROVA IL
CIRCUITO
BRUCIA GRASSI
LAST MINUTE**
E SARAI TONICA
DAL PRIMO GIORNO
DI ALLENAMENTO

**LE DIETE
ONLINE
FUNZIONANO
DAVVERO?**

**ALLE TERME
PIÙ BELLA
IN UN
WEEKEND**

Testati per voi
ESFOLIANTI VISO
TABS PER LAVATRICI

→ STANCHEZZA
→ CALI DI
MEMORIA
→ ANSIA
**I RIMEDI
NATURALI PER
LO STRESS
DA RIENTRO**

GRUPPO  MONDADORI

Chiedi a Starbene

AL TELEFONO

**I NOSTRI ESPERTI RISPONDONO
ALLO 02-70300159**

Gli appuntamenti cambiano ogni settimana. Gli esperti rispondono solo alle domande riguardanti le loro specialità.



7 settembre
dalle 9
alle 10

Dott. Carlo Gargiulo
MEDICO DI FAMIGLIA
a Roma



7 settembre
dalle 11
alle 12

Dott.ssa Maria Paola Dall'Erta
BIOLOGA CHEF
Insegnante di biocucina
a Milano



7 settembre
dalle 12
alle 13

Dott.ssa Daniela Bavestrello
PSICOTERAPEUTA
Esperta di psicologia
dell'alimentazione a Rimini



7 settembre
dalle 14
alle 15

Dott. Luca Speciani
MEDICO E
ALIMENTARISTA
a Oreno di Vimercate (Monza)



7 settembre
dalle 15
alle 16

Dott. Massimo Spattini
MEDICO DIETOLOGO
e specialista in medicina
dello sport a Parma



7 settembre
dalle 16
alle 18

Dott. Franco Vicariotto
GINECOLOGO
Ospedale Humanitas
S. Pio X di Milano



8 settembre
dalle 10
alle 11

Dott. Leonardo Celleno
DERMATOLOGO
a Roma



8 settembre
dalle 11
alle 13

Dott. Francesco Segreto
CHIRURGO PLASTICO
Care Clinic di Abano Terme
(Padova) e Roma



8 settembre
dalle 15
alle 16

Laura Puccini
PERSONAL TRAINER
Esperta di allenamento
funzionale a Milano



11 settembre
dalle 11.30
alle 12.30

Dott. Gianluca Straface
GINECOLOGO
Primario di ostet. e ginecologia,
Policlinico Abano Terme (Padova)



11 settembre
dalle 13
alle 14

Dott. Giorgio Donegani
TECNOLOGO ALIMENTARE
Direttore scientifico
di Food Education Italy



11 settembre
dalle 14
alle 15

Dott.ssa Giulia Sturabotti
ESPERTA IN NUTRIZIONE
e medicina preventiva
a Roma



11 settembre
dalle 17
alle 18

Dott. Giampaolo Perna
NEUROPSICHIATRA
Dir. Centro europeo per i disturbi
d'ansia ed emotivi di Milano



12 settembre
dalle 13
alle 14

Tiziana Gazzotti
PSICOLOGA CLINICA
a Monza



13 settembre
dalle 14
alle 15

Dott.ssa Carla Lertola
MEDICO DIETOLOGO
a Milano, Savona
e Gallarate (Varese)



13 settembre
dalle 17.30
alle 18.30

Dott. Luigi Torchio
MEDICO OMEOPATA
Esperto di cure naturali
a Torino

CAPILLARI COSÌ LI CANCELLI DAL VOLTO

Laser o luce pulsata? Ecco la scelta giusta per riconquistare un incarnato di porcellana

di Rossella Briganti



Appena l'abbronzatura comincia a sbiadire, ecco evidenziarsi le magagne del sole. Rughe, macchie scure, discromie e, soprattutto, loro: i capillari dilatati. Un inestetismo chiamato teleangectasie che non può essere cancellato da nessun farmaco o cosmetico. L'unica soluzione consiste nell'affidarsi alla tecnologia laser, in grado di realizzare all'istante una fotocoagulazione del vasellino rotto o dilatato.

FINI O GROSSI? ROSSI O BLU? LE SOLUZIONI AD HOC
«I capillari fini, del diametro di 1 mm o meno, si possono trattare con un nuovo laser chiamato Dye VL», spiega il dottor Francesco Segreto, specialista in chirurgia plastica, estetica e ricostruttiva presso la *Care Clinic* di Roma e Abano Terme (Pd). «Evoluzione del Dye Laser e con spot simili alla luce pulsata, emette un'energia luminosa compresa tra i 500 e i 600 nanometri, ideale per "chiudere" in modo mirato i capillari. Realizza, infatti, una fototermolisi selettiva, che gli consente di agire solo sul rosso dell'emoglobina, risparmiando le delicate strutture circostanti. L'energia continua, senza picchi di potenza, lavora in profondità con

precisione e delicatezza, senza il rischio di lasciare macchie chiare o scure, l'effetto collaterale di molti laser». Per i capillari più grossi, con diametro superiore a 1 mm e dal colore bluastro, si utilizza invece il laser *Neodimio-Yag* (1064 nanometri). Emette un'energia luminosa con una lunghezza d'onda che viene assorbita meglio dai vasi blu-viola. «La nuova tecnologia "longe pulse", cioè a impulso lungo e continuo, è meglio tollerata dai tessuti ed espone meno al rischio di iperpigmentazioni o infiammazione post trattamento», spiega il dottor Segreto. «Spot dopo spot il vaso viene chiuso in maniera definitiva anche se a volte, se i capillari disposti a "farfalla" su naso e gote sono molti, è necessario fissare una seconda seduta». Come per il Dye VL, può manifestarsi un rossore per 2-3 ore, da lenire con un impacco di ghiaccio, mentre è vietato esporsi al sole per 15 giorni. Il costo? 100 € a seduta.



Consulta gratis il nostro esperto

DOTT. FRANCESCO SEGRETO

Chirurgo plastico ed estetico alla *Care Clinic* di Roma e Abano Terme (Pd)

Tel. 02-70300159
8 settembre
ore 11-13

54

7 regole antirossore

- 1 Evita gli sbalzi di temperatura, come passare dall'aria condizionata a un ambiente surriscaldato. Allo stesso modo, ripara il volto dal vento.
- 2 Anche in autunno, non prendere il sole in viso senza un'adeguata

fotoprotezione, con creme e fondotinta spf 50+.

- 3 Non frequentare saune e hammam: il calore dilata le pareti venose.
- 4 Utilizza creme dall'azione lenitiva e disarrossante a base di azulene (estratto dalla camomilla) hamamelis, aloe vera, mirtillo, escina

(derivata dall'ippocastano), olio di riso, avena e acido glicirretico (dalla liquerizia).

- 5 Se vedi che il problema è peggiorato da quando prendi la pillola o la Tos (terapia ormonale sostitutiva) parlane con il ginecologo: forse il carico di estrogeni, che aumentano la vasodilatazione, è eccessivo.

- 6 In primavera e in estate, usa degli integratori specifici, ad azione flebotonica: sono a base di centella asiatica, mirtillo, rusco, ippocastano o vite rossa. Li trovi in farmacia.

- 7 Non abusare di alcolici, peperoncino e spezie piccanti: accentuano i "flushing" (arrossamenti improvvisi) del volto.

za, senza il rischio di lasciare
ure, l'effetto collaterale di
lari più grossi, con diametro
al colore bluastro, si utilizza
nio-Yag (1064 nanometri).
minosa con una lunghezza
orbita meglio dai vasi blu-
ologia "longe pulse", cioè a
nuo, è meglio tollerata dai
no al rischio di iperpigmen-
e post trattamento», spiega
ot dopo spot il vaso viene
nitiva anche se a volte, se i
rfalla" su naso e gote sono
sare una seconda seduta». ●
uò manifestarsi un rossore
con un impacco di ghiaccio,
orsi al sole per 15 giorni. Il
a.



**Consulta
gratis il
nostro esperto**

**DOTT.
FRANCESCO
SEGRETO**

Chirurgo
plastico ed
estetico alla
Care Cline di
Roma e Abano
Terme (Pd)

.....
Tel. 02-70300159
8 settembre
ore 11-13

all'ippocastano),
avena e acido
(dalla liquerizia).

che il problema è

⑥ In primavera e in estate,
usa degli integratori
specifici, ad azione
flebotonica: sono a base di