

BELLEZZA & SALUTE

anche sotto il sole

Svelati i segreti per prepararsi all'estate e mantenere una pelle giovane e vitale tutto l'anno



Dott. Michele Bianchini

Lestate è la stagione del mare e del sole, per cui spesso ci prepariamo a mostrare il nostro corpo con una remise en forme completa, sottovalutando il fatto che la pelle è il nostro biglietto da visita in qualsiasi situazione e per tutto l'anno. Il dottor Michele Bianchini, da sempre all'avanguardia nelle tecniche per la cura del corpo e del viso, ci ha spiegato come presentare la nostra pelle al meglio all'appuntamento con l'estate e preservarla dai possibili danni causati dall'esposizione solare. Ormai da anni si sa che il sole può essere un nemico per la nostra pelle, ma rinunciare all'abbronzatura durante all'estate è quasi impensabile. Cosa si

può fare per preparare la pelle all'esposizione solare? La cosa più importante è favorire un aumento del turn over cellulare. A tal fine di solito consiglio dei peeling enzimatici superficiali non foto sensibilizzanti, i quali aiutano a rinforzare la pelle, a prendere un colorito più omogeneo e a fissare l'abbronzatura.

In secondo luogo si dimostrano molto utili delle microiniezioni di complessi bioristrutturanti (vitamine, acido ialuronico libero e complessi amminoacidici) che, oltre a preservare e stimolare la produzione di collagene ed elastina, apportano un'idratazione profonda a livello dermico e contrastano efficacemente lo stress ossidativo, i radicali liberi e l'invecchiamento. Prepararsi per tempo sarebbe l'ideale, ma spesso ci si riduce all'ultimo minuto e si ha paura di fare qualsiasi cosa per evitare eventuali ripercussioni dovute all'immediata esposizione solare. Ci sono interventi che è possibile effettuare anche durante l'estate?

In realtà non esistono limitazioni particolari per nessuno dei trattamenti di cui abbiamo parlato finora, basta mettere in pratica tutte le regole di buona condotta che ormai si conoscono: bere molta acqua, aumentare l'apporto di frutta e verdura nell'alimentazione, evitare l'esposizione prolungata al sole durante le ore centrali della giornata e applicare una protezione alta (SPF minimo 30), che scherma gli effetti nocivi dei raggi UV. L'utilizzo di prodotti cosmetici appropriati, infatti, permette di abbronzarsi gradualmente e in sicurezza, evitando eritemi ed irritazioni che costituiscono dei veri e propri traumi per la pelle, nocivi sia dal punto di vista estetico che da quello clinico.

L'unica grande eccezione a queste regole generali è rappresentata dai trattamenti effettuati con la tecnologia laser, per i quali è vivamente sconsigliata l'esposizione al sole se non con protezioni totali sun block.

In vacanza però sappiamo che non sempre è facile rispettare le regole, anche quelle di buon senso, anzi. Nonostante i buoni propositi, capita di addormentarsi in spiaggia nelle ore più calde, di fare più tardi la sera magari e di cedere alla tentazione di un cocktail più sere di fila. Insomma, spesso si torna dalle ferie rilassati mentalmente, ma con la pelle più stressata e meno fresca. Cosa bisognerebbe fare per riportarla alle condizioni ottimali?

La priorità assoluta dopo l'estate è la dermoristrutturazione. Anche in questa fase, come nella fase di preparazione al sole, consiglio microiniezioni che ristabiliscano la funzionalità della pelle favorendo il rinnovo del derma dal profondo e la stimolazione di nuovo collagene: acido ialuronico per ristabilire un'idratazione profonda, peeling non necessariamente enzimatico per ristabilire l'equilibrio epidermico turbato dal sole e, soprattutto, preventivare un programma di



prevenzione e correzione lungo tutto l'arco dell'anno. In sostanza non bisogna mai mollare la presa. In questo modo però non si rischia di eccedere e di uniformarsi a canoni di bellezza stereotipati e quasi caricaturali? Assolutamente no, al contrario è sempre meglio fare visite periodiche al proprio specialista di fiducia e procedere per gradi. Si tratta di un approccio con finalità principalmente preventive: piccoli interventi svolti con costanza garantiscono di mantenere sempre le condizioni ottimali della pelle. Condizioni nelle quali anche l'eventuale correzione degli inestetismi si inserisce allo scopo di dare alla pelle un aspetto più tonico e riposato, anche più giovane, ma sempre nel rispetto dell'età e delle caratteristiche volto di ciascuna persona. La costanza dei trattamenti e la sinergia di diverse tecnologie e metodiche, oltre a garantire il corretto ripristino fisiologico delle cellule, permette di conseguire risultati più duraturi e più naturali. Sono tantissimi i trattamenti e le tecnologie a nostra disposizione per ottenere un risultato armonico: a seconda delle specifiche esigenze di ogni singolo paziente, potremo utilizzare laser frazionati ablativi e non ablativi o la radiofrequenza frazionata. Si potrà proporre un lifting non chirurgico con la nuova tecnologia Ulthera o consigliare la luce pulsata per ripristinare l'uniformità del colorito di viso,

TITOLO INGLESE QUI

L'estate è la stagione del mare e del sole, per cui spesso ci prepariamo a mostrare il nostro corpo con una remise en forme completa, sottovalutando il fatto che la pelle è il nostro biglietto da visita in qualsiasi situazione e per tutto l'anno. Il dottor Michele Bianchini, da sempre all'avanguardia nelle tecniche per la cura del corpo e del viso, ci ha spiegato come presentare la nostra pelle al meglio all'appuntamento con l'estate e preservarla dai possibili danni causati dall'esposizione solare.

Ormai da anni si sa che il sole può essere un nemico per la nostra pelle, ma rinunciare all'abbronzatura durante all'estate è quasi impensabile. Cosa si può fare per preparare la pelle all'esposizione solare?

La cosa più importante è favorire un aumento del turn over cellulare. A tal fine di solito consiglio dei peeling enzimatici superficiali non foto sensibilizzanti, i quali aiutano a rinforzare la pelle, a prendere un colorito più omogeneo e a fissare l'abbronzatura.

In secondo luogo si dimostrano molto utili delle microiniezioni di complessi bioristrutturanti (vitamine, acido ialuronico libero e complessi amminoacidici) che, oltre a preservare e stimolare la produzione di collagene ed elastina, apportano un'idratazione profonda a livello dermico e contrastano efficacemente lo stress ossidativo, i radicali liberi e l'invecchiamento.

Prepararsi per tempo sarebbe l'ideale, ma spesso ci si riduce all'ultimo minuto e si ha paura di fare qualsiasi cosa per evitare eventuali ripercussioni dovute all'immediata esposizione solare. Ci sono interventi che è possibile effettuare anche durante l'estate?

In realtà non esistono limitazioni particolari per nessuno dei trattamenti di cui abbiamo parlato finora, basta mettere in pratica tutte le regole di buona condotta che ormai si conoscono: bere molta acqua, aumentare l'apporto di frutta e verdura

nell'alimentazione, evitare l'esposizione prolungata al sole durante le ore centrali della giornata e applicare una protezione alta (SPF minimo 30), che scherma gli effetti nocivi dei raggi UV. L'utilizzo di prodotti cosmetici appropriati, infatti, permette di abbronzarsi gradualmente e in sicurezza, evitando eritemi ed irritazioni che costituiscono dei veri e propri traumi per la pelle, nocivi sia dal punto di vista estetico che da quello clinico.

L'unica grande eccezione a queste regole generali è rappresentata dai trattamenti effettuati con la tecnologia laser, per i quali è vivamente sconsigliata l'esposizione al sole se non con protezioni totali sun block.

In vacanza però sappiamo che non sempre è facile rispettare le regole, anche quelle di buon senso, anzi. Nonostante i buoni propositi, capita di addormentarsi in spiaggia nelle ore più calde, di fare più tardi la sera magari e di cedere alla tentazione di un cocktail più sere di fila. Insomma, spesso si torna dalle ferie rilassati mentalmente, ma con la pelle più stressata e meno fresca. Cosa bisognerebbe fare per riportarla alle condizioni ottimali?

La priorità assoluta dopo l'estate è la dermoristrutturazione. Anche in questa fase, come nella fase di preparazione al sole, consiglio microiniezioni che ristabiliscano la funzionalità della pelle favorendo il rinnovo del derma dal profondo e la stimolazione di nuovo collagene: acido ialuronico per ristabilire un'idratazione profonda, peeling non necessariamente enzimatico per ristabilire l'equilibrio epidermico turbato dal sole e, soprattutto, preventivare un programma di prevenzione e correzione lungo tutto l'arco dell'anno.

In sostanza non bisogna mai mollare la presa. In questo modo però non si rischia di eccedere e di uniformarsi a canoni di bellezza stereotipati e quasi caricaturali? Assolutamente no, al contrario è sempre meglio fare

collo, décolleté e mani. Oltre ai filler di acido ialuronico e botox per distendere le rughe dinamiche di espressione, potremmo fare ricorso ai fili di trazione sul terzo medio e sul terzo inferiore per ristabilire e riposizionare i volumi naturali del viso. Personalmente non sono molto propenso interventi radicali svolti una tantum, spesso possono risultare meno gradevoli anche dal punto di vista estetico. La bellezza non è uno standard basato su caratteri peculiari e definiti che si possono impiantare su qualsiasi viso allo stesso modo e in via definitiva. Una pelle sana è di per sé più bella e quando il viso appare naturalmente più giovane e fresco a volte anche gli interventi correttivi sono meno necessari e meno invasivi. Non bisogna puntare il dito su un difetto, una ruga più accentuata, bisogna prendersi cura di tutto il viso per ristabilirne l'armonia: riposizionare i volumi, migliorare l'incarnato e la texture della pelle stimolando il rinnovo cellulare è il modo migliore per ottenere un risultato visibilmente apprezzabile, ottimale e naturale.

DOTT. MICHELE BIANCHINI

Laurea: Medicina e Chirurgia presso l'Università degli Studi di Siena

Specializzazione in Igiene e Medicina Preventiva e Master in Medicina, Dermatologia e Chirurgia Estetica.

Riconoscimenti: Relatore e partecipante in congressi e expert meeting in Italia e all'estero e inviti in qualità di esperto in programmi televisivi e radiofonici

Website: www.drnichelebianchini.it

Sedi:

Istituto Medlight - Firenze (FI)

via Maragliano, 29 (ingresso via Monteverdi, 2)

Tel. 055 410180 - www.medlight.it

Adler Thermae Toscana

Bagno Vignoni, San Quirico D'Orcia - Siena (SI)

Tel. 0577 889915 - www.adler-thermae.com

Istituto medestetico Haquos

Corso Garibaldi, 50 - - Milano (MI)

Tel. 02 36556315 - www.haquos.it

visite periodiche al proprio specialista di fiducia e procedere per gradi. Si tratta di un approccio con finalità principalmente preventive: piccoli interventi svolti con costanza garantiscono di mantenere sempre le condizioni ottimali della pelle. Condizioni nelle quali anche l'eventuale correzione degli inestetismi si inserisce allo scopo di dare alla pelle un aspetto più tonico e riposato, anche più giovane, ma sempre nel rispetto dell'età e delle caratteristiche volto di ciascuna persona. La costanza dei trattamenti e la sinergia di diverse tecnologie e metodiche, oltre a garantire il corretto ripristino fisiologico delle cellule, permette di conseguire risultati più duraturi e più naturali.

Sono tantissimi i trattamenti e le tecnologie a nostra disposizione per ottenere un risultato armonico: a seconda delle specifiche esigenze di ogni singolo paziente, potremo utilizzare laser frazionati ablativi e non ablativi o la radiofrequenza frazionata. Si potrà proporre un lifting non chirurgico con la nuova tecnologia Ulthera o consigliare la luce pulsata per ripristinare l'uniformità del colorito di viso, collo, décolleté e mani. Oltre ai filler di acido ialuronico e botox per distendere le rughe dinamiche di espressione, potremmo fare ricorso ai fili di trazione sul terzo medio e sul terzo inferiore per ristabilire e riposizionare i volumi naturali del viso.

Personalmente non sono molto propenso interventi radicali svolti una tantum, spesso possono risultare meno gradevoli anche dal punto di vista estetico. La bellezza non è uno standard basato su caratteri peculiari e definiti che si possono impiantare su qualsiasi viso allo stesso modo e in via definitiva. Una pelle sana è di per sé più bella e quando il viso appare naturalmente più giovane e fresco a volte anche gli interventi correttivi sono meno necessari e meno invasivi. Non bisogna puntare il dito su un difetto, una ruga più accentuata, bisogna prendersi cura di tutto il viso per ristabilirne l'armonia: riposizionare i