

Viso&corpo Due chirurghi plastici, due medici estetici, due dermatologi. Consigli e piccoli trucchi da provare subito

Integratori, maschere, skinbooster «Rientro in città, io mi preparo così»

Cosa fanno per il benessere della propria pelle quelli che, con la pelle, ci lavorano? Abbiamo fatto tre domande. Ecco le risposte di sei esperti

1 **Fiorella Donati:** «Continuerò a fare sport. Subito due giorni di dieta disintossicante e drenante: acqua, centrifugati, verdura senza proteine e carboidrati. Poi, tre giorni di dieta iperproteica per smaltire i due chili di troppo. Il primo trattamento è uno scrub, viso e corpo, con sapone a base di acido glicolico. Dopo la doccia, asciugamano un po' ruvido per un peeling meccanico. Mi idrato con una crema a base di ceramidi, estremamente nutriente».

Ivano Luppino: «Se ci sono alterazioni pigmentarie intervengo con peeling di acido mandelic o acido piruvico a concentrazioni basse. Alle docce preferisco il bagno con amido di riso, a cui faccio seguire delle emulsioni reidratanti a base di fosfolipidi di soia, sostanza naturale, oppure urea a bassa concentrazione o acido lattico all'1%».

Maria Gabriella Di Russo: «Utilizzo per il corpo un gel detergente con microsferule di jojoba ad azione levigante e idratante, con fitoestratti che permette un trattamento esfoliante naturale, privo di effetto abrasivo».

Assumo un integratore alimentare a base di Fernblock® e antiossidanti tra cui vit.C, vit.E, luteina e licopene, che contrastano i danni dell'esposizione solare. Faccio qualche seduta di carbositerapia per riattivare il microcircolo e ridurre l'adiposità».

Corinna Rigoni: «Prendo poco sole. Con il mio lavoro ho visto che le macchie possono comparire un anno con l'altro. Al rientro faccio scrub a giorni alterni su corpo e viso utilizzando prodotti con granuli esfolianti. Una volta la settimana mi concedo un bagno in acqua tiepida con oli essenziali e leggero detergente: aiuta ad eliminare le cellule morte e dare luminosità alla pelle. Applico mattina e sera una crema fluida, anche lo stesso doposole».

Giuseppe Sito: «Dieta per poter perde-

re quei 2-3 chili presi in questi mesi. E, per la pancia, mio punto debole, carbositerapia: una volta alla settimana per due mesi, mi aiuta a rimodellarmi».

Anadela Serra Visconti: «Riposare, concedersi un bagno con olio di essenza di vaniglia a cui far seguire un massaggio con olio di mandorle dolci e olio essenziale di vaniglia, quest'ultima stimola la serotonina, ormone della felicità, e allontana l'ansia. Reidratare la pelle del viso con una maschera a base di acqua termale che ha proprietà antinfiammatorie, fare anche un impacco ai capelli. Seguire poi, per una giornata, una dieta depurativa con un unico vegetale».

2 **Fiorella Donati:** «Ogni 4-5 giorni, maschere leggere a base di acido glicolico e salicilico per rimuovere cellule morte e contrastare le macchie. Un trattamento baby di botulino sulla fronte che serve a togliere stanchezza».

Ivano Luppino: «Micro iniezioni con acido ialuronico a basso peso molecolare con tecnica *picotage*. Quando serve, utilizzo micro lampadine led a luce gialla che hanno un'azione antinfiammatoria, la prima causa del processo di invecchiamento».

Maria Gabriella Di Russo: «Per il viso un ciclo di tre sedute di peeling superficiale all'acido mandelic che si basa su un nuovo sistema tecnologico che rende più efficiente il processo di rinnovamento dell'epidermide e del derma. Più tre sedute di microiniezioni di acido ialuro-

nico NASHA™ skinbooster, che permettono l'idratazione in profondità».

Corinna Rigoni: «Sul viso una maschera arricchita con vitamina C oppure scrub esfolianti leggeri come peeling a base di acido glicolico al 70% o salicilico al 30. Indispensabile la rivitalizzazione con acido ialuronico per dare turgore, attenuare i piccoli segni. Verso ottobre, correggo le rughe nasolabiali, mio punto debole, e mi faccio un leggero tratta-

to a base di tossina botulinica sulla fronte».

Giuseppe Sito: «Sono un fanatico dell'abbronzatura. Mi piace prolungarla, utilizzo creme ad alta concentrazione di acido ialuronico che aiutano a tenere l'epidermide idratata».

Ho programmato un ciclo di ridensificazione dermica, è una mesoterapia del volto con acido ialuronico e otto aminoacidi tra cui il glutatione, che è il più potente antiossidante. Se serve mi faccio il pdo: si tratta di fili di polidiossianone che non modificano il volto, perché non hanno effetto trazione, ma sono idratanti».

Anadela Serra Visconti: «Non sono favorevole agli scrub. Preferisco due sedute nell'arco di quindici giorni di acido ialuronico tipo *skinbooster*: è energizzante, stimola l'idratazione e il metabolismo cellulare».

3 **Fiorella Donati:** «Disintossicarsi, riprendere l'attività fisica. Prima di un trattamento fare un peeling e poi valutare la disidratazione della pelle».

Un aiuto arriva da *skin tonifying therapy* che utilizza microcannule per depositare acido ialuronico sul viso, richiamare H2O che ridà tonicità e far scomparire tutte le micro rughe senza cam-

biare i contorni. Trattamenti più importanti meglio rimandarli ad ottobre. Non trascurare i capelli: dopo i 40 anni terapia anti-age di Dhea e vitamine».

Ivano Luppino: «Integratori, sempre. Il licopene che è il più potente prodotto di acido ialuronico, acido lipoico detossificante cellulare, coenzima Q, esperidina».

Maria Gabriella Di Russo: «È importante un surplus di idratazione intensiva e profonda che permette alla pelle di riprendersi dai danni di sole e mare».

Corinna Rigoni: «Non servono grandi interventi ma piccole correzioni. Idrata-

tare e nutrire. Se si vuole mantenere la pelle abbronzata preferire, alle lampade, le creme colorate».

Giuseppe Sito: «Quando finiscono le esposizioni al sole si può iniziare con pe-

eling a base di mandelico e sostanze depigmentanti e gli ultimi arrivati come il Prx a base d'acqua ossigenata dalle proprietà ringiovanenti».

Anadela Serra Visconti: «Il problema,

dopo l'estate, sono le macchie. In questo caso è perfetta una maschera medica a base di un pool di acidi che agisce in poche sedute».

Giancarla Ghisi
 cor.ghisi@gmail.com

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Chi sono



Fiorella Donati

Chirurgo plastico a Milano e Londra. Appassionata d'arte, dipinge e si dedica alla scultura. Ha lavorato a New York e Miami

Ivano Luppino

Dermatologo a Milano e Catania, è responsabile del dipartimento laser dell'Isplad, società di dermatologia plastica

Maria Gabriella Di Russo

Nata a Formia, appassionata di vela, è specialista in idrologia medica e medico estetico a Formia, Milano e Roma

Corinna Rigoni

Dermatologa a Milano, ricercatrice per 7 anni, è presidente e fondatrice dell'Associazione donne dermatologhe italiane

Giuseppe Sito

Chirurgo plastico a Napoli, Torino e Milano. È docente ai corsi di aggiornamento di congressi di medicina e chirurgia estetica

Anadela Serra Visconti

Nata a Buenos Aires, vive e lavora a Roma. Medico estetico, si è laureata in medicina e chirurgia all'Università di Pisa



Dieta e carbossiterapia

«Dieta per poter perdere quei 2-3 chili presi in vacanza. Per la pancia, mio punto debole, carbossiterapia per due mesi»

Combattere le macchie

«Il problema, dopo l'estate, sono le macchie. Perfetta una maschera medica a base di un pool di acidi»



① Il suo primo trattamento tomato/a in città?

② Qual è il suo segreto per un viso perfetto?

③ I consigli giusti per affrontare al meglio il rientro?

NAT AUA