

FREDDO, I TRATTAMENTI ESTETICI SOFT

SE L'INVERNO STRESSA LA TUA PELLE CON ROSSORI E IRRITAZIONI, PUOI CORRERE AI RIPARI GRAZIE ALLA **MEDICINA ESTETICA GENTILE**. L'ESPERTA CI SPIEGA LE SOLUZIONI PIÙ INDICATE di NICOLETTA SALÀ



Beauty Coach

Specialista in medicina e dermatologia, Paola Tarantino è ambasciatrice della medicina estetica gentile. Le PT Clinic hanno 5 sedi, da Milano a Cefalù.

Per mantenere una pelle al top anche durante la stagione più fredda, una buona routine quotidiana potrebbe non bastare. Se soffri di rossori, secchezza, irritazioni o couperose, sappi che la medicina estetica può darti una mano. Il bello? Parliamo di trattamenti soft e non invasivi come quelli suggeriti dalla dottoressa Paola Tarantino (paolatarantino.it).

Cos'è la medicina estetica gentile?

«È una medicina al servizio del well-being, che rispetta la persona e non la stravolge ma cerca in maniera etica di ottenere un miglioramento psicofisico con ricadute positive anche sull'umore. Purtroppo, invece, sono sempre di più le pazienti che hanno paura a causa delle trasformazioni innaturali che si vedono in giro».

Quali sono i trattamenti soft più efficaci per contrastare gli effetti indesiderati del freddo?

«A gennaio sono consigliabili soprattutto il peeling chimico e la luce pulsata, indicata per chi soffre di couperose. Il peeling si effettua con una sostanza acida che permette di normalizzare il sebo, stimolare il ricambio cellulare e limitare le lesioni acneiche. È perfetto anche come rimedio ai brufolotti causati dalla mascherina, perciò è stato molto richiesto in questi mesi. È importante che venga fatto da medici specialistici e abbinato a una terapia domiciliare con cosmeceutici specifici».

Invece la luce pulsata?

«È il rimedio ideale per la couperose causata dal freddo, che sensibilizza le piccole vene del viso facendole diventare viola o rossastre. Grazie al laser vascolare, che consiste nell'emissione di spot luminosi, chiudiamo la trama vascolare del viso e miglioriamo il flashing (effetto rossore) che spesso è motivo di imbarazzo. In media sono consigliate 4 sedute della durata di circa 10-20 minuti».

E se si vuole rendere la pelle più forte e resistente?

«Consiglio la fotobiomodulazione, un trattamento di ultima generazione che stimola i sistemi di autoriparazione spontanei. Si applica sul viso un gel particolare che interagisce con una luce a led fredda, rivitalizzando la pelle e favorendo la produzione di collagene (1 seduta per 4 settimane, durata 10 minuti). È consigliato

a tutti dai 30 anni in su e si può abbinare a filler e botulino per rendere più duraturo l'effetto. Led e luce pulsata sono tecnologie che vanno in profondità migliorando il microcircolo. I prezzi? Dai 120 ai 250 euro a seduta».

Consigli per un recupero post feste?

«Serve un approccio a 360 gradi e l'alimentazione è fondamentale per detossinare l'organismo. Bisogna tornare a mangiare in modo regolare, limitando i carboidrati e dando la preferenza a verdure crude e proteine semplici. In alternativa si può fare una dieta proteica di venti giorni: stimola un meccanismo che si chiama chetosi, in pratica il corpo non riceve zuccheri dall'esterno e va a mobilitare i grassi. La consiglio quando vedo pazienti un po' sfiduciate perché accelera la perdita di peso. Però la dieta corretta rimane quella bilanciata e varia».

Gli alleati di un corpo in forma?

«I temi caldi sono due: cellulite e cuscinetti. La cellulite è una patologia cronica con cui si convive: consiglio la mesoterapia o la carbossiterapia, sempre precedute da linfodrenaggio manuale. La prima è una pratica iniettiva intradermica, mentre la seconda si basa sull'impiego di anidride carbonica per migliorare l'ossigenazione dei tessuti. Il cuscinetto invece si può eliminare solo con la liposuzione. Se l'obiettivo è rassodare, la Emsculpt in sole 4 sedute migliora la parte muscolare dell'addome e del gluteo: è una tecnologia USA che impazza in tutto il mondo».