

VIVER SANI

e belli

Viso più giovane

COMBATTI I SEGNI DEL TEMPO CON LA LUCE PULSATA

5 ↑

BUONI MOTIVI PER LAVORARE DI MENO E SALVARE IL CUORE

OVER 50

Bloccare l'ago della bilancia è più difficile? Scopri tutti i perché

10

ERBE AMICHE DA TENERE IN CASA PER NON AMMALARSI

La nuova dieta

mindset

NON CHIEDERTI L'IMPOSSIBILE! SCEGLI UN OBIETTIVO, TROVA LA MOTIVAZIONE E SEGNA I RISULTATI: **PERDERAI 4 KG IN 1 MESE**

CAPELLI

Le soluzioni se sono crespi, ribelli, opachi

Tumore al colon

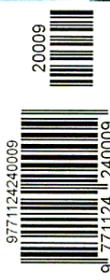
LE DONNE FANNO PIÙ CONTROLLI: IMITIAMOLE!

STEP

PER RESTARE SEMPRE IN FORMA BASTA... FARE LE SCALE!

FIGLI & FUMO

Aiutiamoli a smettere dando il buon esempio



LA LUCE che rigenera

Servizio di Graziella Capra.



Con la consulenza della dottoressa **Paola Tarantino**, medico estetico e dermatologa, docente al master di medicina estetica alle Università Federico II di Napoli e Sapienza di Roma.

La lotta al fotoinvecchiamento può essere contrastata con un **metodo non invasivo** che migliora sia sotto, il derma, sia sopra, l'epidermide

Pelle secca e ruvida, rughe profonde, perdita di elasticità, capillari dilatati, colorito opaco e macchie scure sono dovute al photoaging, ossia l'invecchiamento cutaneo da esposizione ai raggi solari protratta nel tempo e senza le dovute protezioni. L'effetto cumulativo degli Uva e Uvb porta alla formazione di radicali liberi che danneggiano il Dna delle cellule cutanee, innescando uno squilibrio nella produzione di collagene, l'elemento essenziale per il ricambio degli strati connettivi e la sostituzione delle fibre danneggiate.

Un'energia stimolante

Si chiama *Ipl (Intense pulsed light)* la tecnologia della luce pulsata basata sull'emissione di energia luminosa policromatica, cioè di più colori, e con un ampio spettro di lunghezze d'onda.

- * La luce trasformata in calore provoca una leggera lesione del derma in profondità, senza causare danni all'epidermide.
- * «Il lieve danno prodotto a livello del derma determina un processo di guarigione che stimola i fibroblasti a produrre nuovo collagene e distrugge gli accumuli di melanina negli strati basali dell'epidermide, con una riduzione delle discromie. È una tecnica di *resurfacing*, diciamo rinnovamento, non ablativo, che rende la pelle più luminosa, elastica, liscia e con rughe meno marcate» dice la dottoressa **Paola Tarantino**, ambasciatrice di una medicina estetica gentile.

Fasci luminosi sul viso

Prima di iniziare il trattamento è necessario preparare la pelle, rimuovendo impurità e trucco e applicando uno strato di gel freddo trasparente a base di acqua, che permette una penetrazione della luce in modo più uniforme.

- * Successivamente, il medico fa indossare alla persona da trattare degli occhiali fotoprotettivi da tenere durante tutta la durata della seduta.
- * Ora la cute è pronta a ricevere su tutta la superficie del viso gli impulsi di luce emessi da un manipolo. La tecnica può risultare leggermente fastidiosa, ma non dolorosa. La sensazione che si avverte è paragonabile allo schiocco di un elastico sulla pelle.
- * La seduta termina con l'applicazione di una crema lenitiva, che calma il leggero rossore che si verifica e scompare nel giro di qualche ora.
- * Questo metodo consente la ripresa immediata delle proprie attività, in quanto si tratta di una soluzione non invasiva contro l'invecchiamento cutaneo, ma anche in funzione preventiva.

I risultati

I primi miglioramenti sono visibili dopo un paio di sedute, ma la formazione di nuovo collagene prosegue e si evidenzia anche per alcuni mesi dopo aver terminato il ciclo di trattamenti, che prevede quattro sedute, una ogni 15 giorni. L'effetto sarà evidente soprattutto sull'aspetto generale della pelle come texture, luminosità e turgore.

LE PRECAUZIONI PRIMA E DOPO

Per mantenere i miglioramenti ottenuti è necessario seguire a casa i consigli del professionista.

- ✓ **Evitare di esporsi al sole** e alle lampade abbronzanti per almeno quattro-sei settimane dopo l'ultima seduta di luce pulsata, poi applicare sempre una crema con fattore protettivo in base al proprio fototipo.
- ✓ Tra una seduta e l'altra utilizzare anche più volte al giorno **creme a base di sostanze lenitive**, idratanti e protettive dei capillari, come acido ialuronico, aloe, acqua termale ed estratto vegetale di polifenoli.
- ✓ Sia prima sia dopo le sedute **non fare gommage** (o scrub) che potrebbero avere un'azione irritante.
- ✓ Inserire nella beauty routine quotidiana una **crema da giorno con filtro solare** anche durante l'inverno, che è la stagione consigliata per sottoporsi alla luce pulsata.



i costi

VARIANO DA 150 A 250 EURO A SEDUTA

→ IL PROCEDIMENTO È PRIVO DI EFFETTI COLLATERALI INDESIDERATI ANCHE

SULLE PELLI DELICATE E PERMETTE

I plus della tecnica

Grazie alla sua versatilità, la tecnologia *Ipl* (*Intense pulsed light*) può essere applicata, oltre al ringiovanimento della pelle, al trattamento di diversi inestetismi cutanei del viso e del corpo.

✱ È sufficiente utilizzare dei filtri selettivi e indirizzare la luce a una determinata profondità per individuare il bersaglio da colpire e trattare.

Per la couperose

Con questa tecnica è possibile migliorare la rete di venuzze presente sulle guance o i capillari vicino al naso. In questo caso, il raggio di luce riscalda l'emoglobina (il pigmento dei globuli rossi che trasporta ossigeno ai tessuti) presente all'interno dei vasi che, di conseguenza, si restringono e diventano meno visibili.

Per le macchie brune

Un'altra applicazione di questo metodo serve a schiarire le macchie scure su viso e mani dovute all'avanzare dell'età. L'energia luminosa colpisce la melanina che inizialmente renderà più scure le macchie; queste poi si desquamano, uniformando il colore dell'incarnato.

A CHI SÌ E A CHI NO

La luce pulsata non ha particolari controindicazioni, essendo un trattamento non invasivo adatto a chiunque. Trova controindicazioni solo in presenza di infezioni, lesioni cutanee e ferite, intorno e sulle zone dei tatuaggi e nel caso si usino farmaci fotosensibilizzanti, cioè che aumentano la sensibilità della pelle alla luce, e a base di cortisone, per lunghi periodi.

DI RIPRENDERE SUBITO LA PROPRIA VITA LAVORATIVA