



GLI ESPERTI RISPONDONO

Vuoi una consulenza? Scrivi a Rosanna: rosanna@piusanipiubelli.it oppure in redazione a: più Sani più Belli, via Fabio Filzi 27 - 20124 Milano

MEDICINA,
CHIRURGIA,
DIETE,
BELLEZZA
Ti rispondiamo subito
SCRIVICI

UN ADOLESCENTE "ROTONDETTO"

Mio figlio 18 enne è obeso, ha almeno 15 chili da perdere. È ingrassato con l'adolescenza, anche se è sempre stato "rotondo" fin da piccolo. Vive male il suo sovrappeso, ma al tempo stesso le diete sono sempre fallimentari. Si sente in "castigo" diverso dai suoi amici. Ho pensato alla chirurgia? Può essere indicata in un giovane?

Maria Grazia, Pescara



Risponde il professor **Luigi Angrisani**, Direttore - UOC Chirurgia Generale, Laparoscopica e d'Urgenza Ospedale "S. Giovanni Bosco" Napoli, Presidente Federazione Mondiale per la Chirurgia dell'Obesità (IFSO)

o di obesità di 1° grado. L'indagine più specifica per completare la diagnosi dopo l'esame clinico, rimane la Bioimpedenziometria, per ottenere l'analisi della composizione corporea e della massa grassa. Se la massa grassa è uguale o superiore al 30% nell'uomo (40% nella donna) allora siamo in una condizione patologica che richiede un trattamento medico o chirurgico. Vi sono casi in cui la massa grassa è normalmente rappresentata, ma la presenza di una esuberante muscolatura può essere la causa dell'eccesso di peso. In tal caso è ovviamente sconsigliata la chirurgia. Senza dubbio dopo aver tentato più volte con il trattamento dietetico nutrizionale, senza sortire alcun effetto, viene naturale pensare alla chirurgia, ma anche questa ha senso solo se viene considerata una tappa di un percorso educativo e riabilitativo soprattutto nel senso nutrizionale e motorio. Tale percorso deve durare almeno 18-20 mesi dopo l'intervento. L'intervento può essere con effetto temporaneo o definitivo. Il trattamento temporaneo oggi più comunemente impiegato è il palloncino intragastrico. Una sfera sili-conata che si gonfia nello stomaco e può rimanere in situ per 3-6 mesi provocando senso di sazietà. Il trattamento definitivo è quello chirurgico con accesso laparoscopico e mini-invasivo (con telecamera e forellini di 1 cm) e consiste essenzialmente nel bendaggio gastrico regolabile o nella gastrectomia verticale. Interventi questi che diminuiscono il volume gastrico e dunque la reale possibilità di eccedere con smodata quantità di cibo.



DENTI INGIALLITI

Sono una ex fumatrice e bevitrice di parecchi caffè, che mi hanno scurito molto i denti. Ora che ho eliminato le principali cause delle macchie, vorrei sbiancare tutta la dentatura, per tornare al mio colore originale. So che esistono tecniche diverse di sbiancamento. Vorrei saper qual è la più efficace e sicura?

Gianna

Una volta eliminate le macchie esterne (che possono formarsi con il fumo e con l'assunzione di alcuni cibi o bevande quali tè, caffè, alcool, liquirizia, carciofi), il tartaro e la placca batterica, irritanti per le gengive con l'igiene professionale, si possono sbiancare i denti con gli sbiancamenti professionali.

UNA MAGIA CONTRO LE RUGHE

Le scrivo in merito a un problema che mi opprime dall'età di 35 anni ed essendo ora arrivata a superare i 50, con l'arrivo della menopausa, ho notato un peggioramento della tonicità del mio viso e del collo, nonché un aumento delle rughe intorno agli occhi. Mi sento a disagio e in difficoltà. Premetto che ho il terrore degli aghi. Come posso fare per avere ancora un aspetto piacevole e non sentirmi più la strega di Biancaneve? Grazie,

Angela



Risponde la dottoressa **Annalisa Dessi**, medico chirurgo, specialista in medicina e dermatologia estetica. www.annalisadessi.com

La biorivitalizzazione dei tessuti si avvale dell'impiego di soluzioni iniettabili a base di acido ialuronico, complessi aminoacidi e vitamine. La sua funzione è quella di migliorare lo stato di idratazione del derma,



la luminosità della pelle e il tono dei tessuti trattati. Rappresenta un valido avversario dei danni provocati dal foto-invecchiamento ma ha un limite legato proprio all'utilizzo dell'ago che è quello di essere fastidioso in zone più sensibili e non gradito da alcuni pazienti lasciando per qualche giorno traccia del suo passaggio. Per fortuna la ricerca si è orientata nella direzione di trovare un prodotto che non richiedesse la tecnica iniettiva. Si chiama "PRX - T33", un dispositivo medico non iniettabile, a base di Acido Tricloroacetico e 5% di acido cogico e acqua ossigenata. Le sue funzioni sono duplice: una esfoliazione ed una stimolazione del derma, dei fibroblasti e del collagene, dando origine a un vero e proprio processo rigenerativo. Avremo, così, una leggerissima esfoliazione superficiale, che darà maggiore luminosità alla pelle ed eserciterà una stimolazione molto

potente nel derma più profondo. Al posto delle "punturine" avremo solo bisogno di un massaggio profondo che il medico eserciterà secondo le linee di tensione elastica dei tessuti. Le zone in cui il PRX - T33 trova maggiori indicazioni, oltre al viso nella sua totalità, sono il collo, dove spesso sono presenti quelle antiestetiche rughe circolari, e il décolleté che presenta maggiormente i segni dell'invecchiamento cutaneo, quali pieghe longitudinali, cute poco idratata, macchie scure (grazie all'acido cogico) dovute a una esposizione solare esagerata. Proprio per le sue caratteristiche di innocuità troverà un utile impiego anche sulla cute rilassata del seno. La presenza all'interno dell'acqua ossigenata, con la sua azione antibatterica, ne fa un ottimo trattamento nell'acne in fase attiva. I risultati sono visibili dalla prima seduta. Sono ideali, 4-6 trattamenti con cadenza settimanale. Poi sarà sufficiente una seduta mensile per un buon mantenimento. L'applicazione dura dai 10 ai 30 minuti, non provoca alcun bruciore e può essere effettuata anche in piena estate, purché si faccia uso nei primi giorni dopo il trattamento di un filtro solare adeguato. Costi: da 150 euro a seduta.

L'adolescenza è un periodo molto delicato della vita, ma è anche un momento di grande trasformazione fisica e psicologica, in cui l'eccesso di peso corporeo può rappresentare un problema significativo. Da medico e genitore mi piace ricordare ai genitori che l'educazione alimentare e un corretto stile di vita vanno praticati sin dai primi anni della vita dei ragazzi, e già a 3-5 anni i bambini vanno stimolati all'attività fisica e sportiva che rappresenta un elemento fondamentale per la salute dell'adolescente. Credo che alla base dell'obesità ci sia non solo una scorretta alimentazione, soprattutto poco movimento. È opportuno chiarire che se suo figlio ha una statura media normale probabilmente stiamo parlando di sovrappeso severo (pre-obesi-

Questi modificano la tonalità di bianco (che va dal bianco al giallo fino al grigio) di un dente e non alterano la struttura dello smalto.

Risponde la dottoressa **Elenora Marzaduri**, medico chirurgo odontoiatra www.studiohruska.com



Esistono diversi sistemi, tutti prevedono l'utilizzazione di perossido di idrogeno o perossido di carbamide con diverse concentrazioni che vanno dal 10% al 25%. Gli sbiancamenti domiciliari vengono eseguiti dal paziente a casa inserendo delle mascherine personalizzate durante le ore notturne. Hanno una percentuale inferiore di perossido di idrogeno o perossido di carbamide (6/10%). Impiegano 2 settimane circa per sbiancare i denti. Offrono il vantaggio di poter modulare la tonalità di sbiancamento desiderato (importante in quelle situazioni in cui, per esempio dobbiamo schiarire solo un arcata perché l'altra ha un bloccaggio in porcellana oppure perché non vogliamo denti troppo chiari per un soggetto non più giovanissimo)

l'altro vantaggio consiste nel fatto che, il paziente, conservando le mascherine individuali, può ripetere il trattamento ogni qualvolta lo desidera senza costi aggiuntivi se non del solo gel sbiancante. Gli sbiancamenti professionali alla poltrona: vengono eseguiti dal dentista il quale, in un'unica seduta di un'ora e mezza, riesce a sbiancare i denti anche di 9 tonalità. Questi gel sbiancanti hanno una percentuale di perossido maggiore (25-30%), quindi le gengive devono essere ben isolate dall'operatore. Il gel penetra più efficacemente attraverso i prismi dello smalto perché viene attivato da una luce agli ultravioletti (lampada). Hanno una durata media di 2/3 anni a seconda delle abitudini di vita (fumo) e alimentari del paziente (assunzione di cibi o



bevande colorate). Sul mercato troviamo tantissimi prodotti sbiancanti "fai da te", ma non hanno percentuali sufficienti di perossido per essere efficaci (inferiori a 6%).

LA STANZA DEI SOGNI

A cura della dr.ssa Grazia Aloj,
psicoanalista psicoterapeuta a Milano.
grazia.aloj@hotmail.it www.officinedellapsiche.it



Avete fatto un sogno che vi ha turbato e di cui volete conoscere il significato? Ogni mese, la nostra esperta risponde alle vostre lettere. Raccontateci il vostro sogno. Scrivete una mail a: rosanna@piusanipiubelli.it

“ SOGNO IL MIO EX AMANTE

Mi chiamo Lucilla e ho 38 anni. È finita da circa sei mesi la storia con un uomo sposato che ho amato molto. Da quel momento faccio spesso lo stesso sogno: io e lui, in una casa nostra, attorniti da due bambini, i nostri figli. La scena mostra sempre delle situazioni comuni a una famiglia: lui che torna a casa, io che lo aspetto, i piccoli che mangiano. Poi arriva una telefonata dal suo superiore e lui va a lavoro. Da quando tra di noi è finita, io non l'ho più rivisto. Ma questi sogni mi turbano. Cosa possono significare? Grazie.

Lucilla

Gentile Lucilla, il suo sogno sarebbe troppo “normale” per essere dettato dall'inconscio se non fosse per la rappresentazione di un desiderio: quello di avere una situazione familiare già ben definita e tranquilla. E, dunque, non ci sarebbe nulla da dire se non che – appunto – lei sogni un desiderio non ancora realizzato. Ma esiste il particolare dell'esordio che corrisponde

all'interruzione della sua relazione con l'uomo sposato: la famigliola c'è già ma non è la sua, non c'è posto per lei. E dunque, la scena di vita comune con moglie, marito e due bambini che rappresenta?

I piccoli mangiano: mi sembra interessante questo aspetto. Potrebbero giocare o dormire, invece, mangiano e si mangia per crescere. Io penso che un primo aspetto sia contenuto nel desiderio/illusione che i due bambini (lei e il suo ex amore) crescano per poter fare loro la famiglia oggi proibita. In altre parole, lei sogna (ha sperato) che la situazione possa (potesse) “crescere”, maturare e realizzarsi. Dunque, i due bambini siete voi nella speranza di diventare grandi. Perché ritengo che voi siate rappresentati dai bambini e non dalle due persone adulte? Perché gli adulti rappresentano i “colpevoli” della separazione e sono coloro (oppure: è colui) che non le permettono una relazione serena, senza “disturbi” (l'altra donna, la moglie). Il disturbo è tutto suo, non del suo ex, in quanto lui se ne va, lasciandola: così

si comporta al ricevimento della telefonata del “superiore”.

Questo superiore (moglie) evidentemente non deve faticare molto per intrufolarsi nella vostra quiete di vita quotidiana: ha la precedenza. Immagino bene che questi sogni la turbino, perché sono la continua riproposizione della realtà: lui ha scelto la moglie – o forse, ancor più – la moglie ha scelto che il proprio marito non stesse con un'altra donna. Che ne fosse al corrente o no, poco cambia: una moglie si tiene sempre il marito finché non sarà lei stessa a decidere. In fondo, lei si sente tradita dal suo ex amore, sia nel caso che lui le avesse fatto promesse sia che non si fosse mai impegnato con lei in progetti seri.

E a 38 anni iniziano i bilanci e si è inevitabilmente segnati da ogni separazione, per qualsiasi motivo avvenuta. L'importante è dare ascolto alla prima parte del sogno: il suo desiderio di avere una serena e tranquilla storia tutta sua da non dividere con nessun “superiore” pronto a separare.

“ STAMINALI PER LA BELLEZZA DEL VISO

Ho sentito tanto parlare dell'utilizzo delle cellule staminali e delle piastrine in medicina estetica per il ringiovanimento del viso. Vorrei sapere quali sono i veri risultati, in quali casi sono davvero indicate.

Gianna

Nelle piastrine ricerchiamo i fattori di crescita cellulari, in grado di ritardare l'invecchiamento tissutale. Con l'impianto di Cellule Staminali (solitamente prelevate dal grasso del paziente) ci proponiamo di arricchire il derma di nuove cellule che creeranno tessuti più giovani, rigenerati. C'è poi il setto-

re delle cellule mature, i fibroblasti che vengono prelevati dall'individuo giovane, congelate, moltiplicate e reiniettate in età più avanzata per ottenere sempre



Risponde il dottor Bruno Bovani, chirurgo plastico, membro della società italiana di chirurgia plastica, ricostruttiva ed estetica, Direttore Sanitario del Centro Esculapio di Perugia.

un ringiovanimento tissutale.

Altro capitolo molto interessante è il Lipofilling, cioè l'impianto del proprio grasso in punti strategici del viso (zigomi, guance, mento), che contiene grandi quantità di cellule staminali al suo interno. Ciò consente un evidente miglioramento non solo dei volumi del viso, ma anche della sua qualità. Ma non bisogna dimenticare che oggi in Italia sono molto pochi i centri medici realmente autorizzati all'impiego delle Piastrine del sangue (note come PRP) e che per le terapie cellulari si deve ricorrere alla collaborazione di laboratori specializzati, ancora più rari nel nostro Paese. Un dilagante presapochismo con cui spesso vengo-

no utilizzate queste tecnologie della Medicina Rigenerativa può essere la causa di risultati molto variabili, di cui tanto si sente parlare. Mentre, ormai, si è piuttosto concordi nel ritenere il PRP molto utile nei casi di diradamento dei capelli, il suo utilizzo nel ringiovanimento del viso ha dato risultati discordanti soprattutto perché proposto in modo inadeguato. Il PRP, infatti, è un ottimo presidio per prevenire l'invecchiamento dei tessuti, ma non per correggere le rughe già evidenti o un rilassamento dei tessuti. Consiglio, pertanto, di rivolgersi per ora solo a quei professionisti che dimostrano di avere un'esperienza consolidata in questo settore.

P