



**SALUTE / BENESSERE / SPORT / EDUCAZIONE / ECONOMIA / HI-TECH**



**Sulla nostra pelle**  
di Magda Belmontesi

specialista in Dermatologia e docente del master di Medicina estetica all'università di Pavia

In questi casi l'intervento risolutivo è chirurgico: la blefaroplastica elimina grasso e cute in eccesso, tramite incisione transconiuntivale (dentro l'occhio) se la pelle è giovane e tonica, al di sotto della rima ciliare se matura e rilassata. In presenza di uno "scalino di svuotamento" sotto la zona palpebrale inferiore, si può iniettare acido ialuronico nel solco nasolacrimal. **Le occhiaie, infine, sono favorite da una stasi del flusso sanguigno perioculare, che dà alla pelle il classico colore blu-grigio, reso più evidente dall'assottigliarsi della cute delle palpebre, meno ricca di tessuto adiposo rispetto a quella del viso.** Non ci sono rimedi risolutivi, ma possono aiutare prodotti che aiutano la microcircolazione, a base di bioflavonoidi, estratti di vite, centella, escina e integratori alimentari con vitamina C, estratti di mirtillo, iperico, ginko biloba. È utile l'uso cosmetico del correttore, di un tono più chiaro dell'incarnato o aranciato: è la tonalità che meglio mimetizza l'effetto bluastro. No a mascara o matite scure sulla rima ciliare inferiore.

**OCCHI PIÙ GIOVANI**

**Spesso al mattino ho gli occhi gonfi e cerchiati da occhiaie. Come posso combattere queste antiestetiche borse?**

La differenza è minima, ma il problema degli occhi gonfi e delle borse non è lo stesso. Nel primo caso, infatti, è un disturbo legato alla stasi linfatica; nel secondo, invece, dipende dai cuscinetti adiposi posti nella palpebra superiore e inferiore. **Il gonfiore si presenta al mattino e si attenua nel giro di un paio d'ore (la posizione sdraiata favorisce il ristagno di liquidi).** Per ridurlo, oltre a struccare bene gli occhi la sera, diminuire alcol e fumo - che, rallentando il microcircolo, accentuano questo problema - si può dormire con un cuscino alto almeno otto centimetri, riposando 7-8 ore per notte. **Appena svegli, con la testa china sul lavandino, si sciacquano gli occhi con acqua fresca, oppure si fa scorrere un cubetto di ghiaccio più volte, in modo circolare, lungo il contorno degli occhi.** Poi, si può applicare un gel specifico ad azione drenante e rinfrescante, a base di ruscus, hamamelis e centella asiatica. Va steso dall'angolo interno dell'occhio verso l'esterno con il polpastrello dell'anulare, poi picchiettato alternando i polpastrelli dell'indice e del medio per favorire l'assorbimento. Le borse propriamente dette, al contrario, peggiorano progressivamente nel corso della giornata, anche per effetto della forza di gravità.



Trunkarchive.com/Contrasto, Gallery-Stock, Sean Michael/Brackhini



**VIA I CAPILLARI IN MENOPAUSA**

Capillari e venuzze evidenti sono un fenomeno comune durante l'assunzione della terapia sostitutiva con estrogeni e progestinici. In tal caso, possono essere utili sedute con il laser vascolare Yag 1064 Gemini. «Questa apparecchiatura deve essere utilizzata in sala chirurgica, da uno specialista, per garantire così sicurezza ed efficacia», avverte **Marcello Ruspi, direttore sanitario del Poliambulatorio Sanpietro di Milano.** «Si possono trattare capillari da finissimi a grossi velocemente, senza dolore e senza lasciare segni permanenti. O anche alcuni tipi di angiomi». In genere, durante una seduta vengono trattati tutti i capillari presenti, che sono subito meno evidenti. Servono un paio di sedute, intervallate di almeno due mesi. Più raramente, in caso di capillari sottili o di angiomi, occorrono tre-quattro sedute, con un laser di tipo Ktp 532 nanometri. «Per accelerare i risultati, si può assumere un integratore a base di rusco, curcuma, vitis vinifera, solidago virga aurea, pino marittimo e ippocastano». Info: (www.pasp.it). Raimonda Boriani