

Dermatologia & Cosmesi

la Pelle

La rivista per mantenerla sana e bella

alimentazione

Coccodrillo:
non solo lacrime

tricologia

Cuoio capelluto:
i momenti fastidiosi

dermatologia

Acne: più che una
parola un simbol

aziende

I primi 40 anni
di Lierac



dermatologia

L'acne è ancora
una sfida?

aging

Capire la reazione
di Maillard

medicina estetica

Fitzpatrick e fototipi:
classificazioni valide?

trucco

Il cinema
mostra i trucchi

chirurgia plastica

Ritorno a scuola?
Sì ma con il ritocco



www.lapelle.it

Sommario



ALIMENTAZIONE

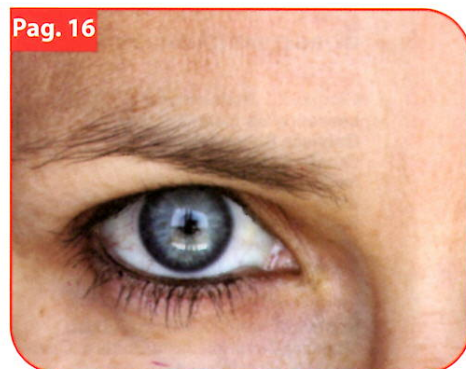
Cocodrillo:
non solo lacrime

pagina 4

CONGRESSI

Un corso per aiutare
lo psoriasico

pagina 6



Le neuroscienze per
interpretare la pelle

pagina 8

VIII Convegno Aidedo:
qualche anticipazione

pagina 10

REPORTAGE

Un centro per la psoriasi
grave a Cesena

pagina 13



MEDICINA ESTETICA

Fitzpatrick e fototipi:
classificazioni valide?

pagina 16

Inestetismi addio con la bava

pagina 18

ESPERIENZA

Peeling e biorivitalizzazione
l'unione fa la forza

pagina 23



DERMATOLOGIA

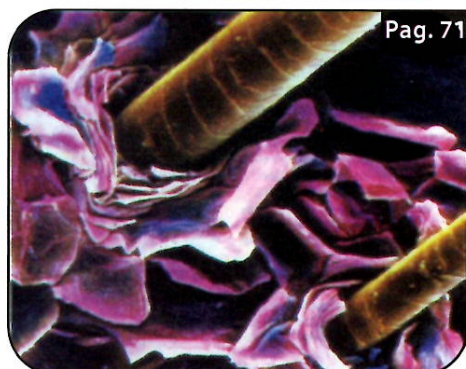
Acne: più che
una parola un simbolo

pagina 27

MEDICINA ESTETICA

Approccio inside-outside
contro il melasma

pagina 30



MEDICINA ESTETICA

Feedback di temperatura
nei sistemi a radiofrequenza

pagina 33

FORMULAZIONI

NAD: il coenzima ringiovanente

pagina 36

PROFESSIONI

Personal Assistant
e post operatorio

pagina 38

MEDICINA ESTETICA

Un protocollo per la bellezza

pagina 43

DERMATOLOGIA

L'acne è ancora una sfida
per il dermatologo?

pagina 47

AGING

Capire la reazione di Maillard

pagina 51

ALIMENTAZIONE

Qualche informazione
sulle proteine

pagina 54

TECNOLOGIA

Curare la pelle dopo l'estate

pagina 56

GIRAMONDO

pagina 58

CHIRURGIA PLASTICA

Ritorno a scuola?
Sì ma con il ritocco

pagina 61

FORMULAZIONI

Tanti migranti, si sorride di più

pagina 64

SOCIETÀ

Benvenuti al Sud che produce

pagina 66

TRUCCO

Venezia: il cinema
mostra i trucchi

pagina 68

TRICOLOGIA

Cuoio capelluto:
i momenti fastidiosi

pagina 71

AZIENDE

I primi 40 anni di Lierac

pagina 74

CULTURA

Tre vecchi libri
che parlano di pazzia

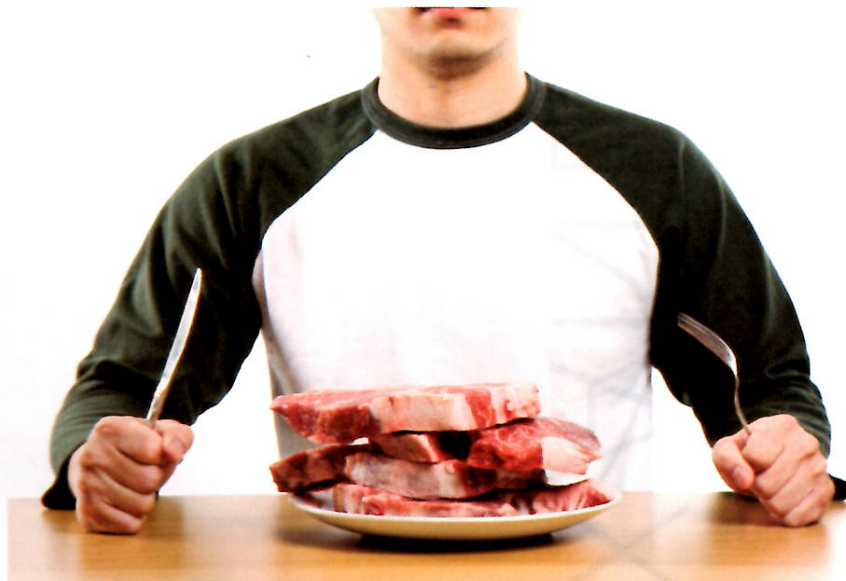
pagina 71

SOCIETÀ

Fine di una rivoluzione
solo sognata

pagina 71

Le proteine sono
necessarie per il
nostro organismo ma
un trattamento
proteico efficace
abbisogna di
aminoacidi e proteine
solo di alta qualità



Qualche informazione sulle proteine

Prof Claudio Galli e Mario Marchetti Ph.D

Per la maggioranza delle persone le proteine sono legate al concetto di carne. Tutta la massa muscolare del nostro corpo, cuore compreso, è formata in massima parte da proteine e quindi la loro importanza è fuori discussione. Il loro fabbisogno giornaliero varia con l'età: il bambino che deve costruirsi tutto l'apparato muscolare ha un fabbisogno più alto dell'adulto. Per l'adulto varia secondo il sesso. Mediamente si ritiene che il fabbisogno giornaliero di proteine sia di 1,2 g per Kg di peso corporeo nella donna e di 1,5 g/Kg peso corporeo nell'uomo. Ne deriva che il fabbisogno giornaliero di proteine in un uomo di 70 Kg è pari a 105 grammi. I testi di biochimica ci ricordano che le proteine sono grandi molecole costituite da catene di molecole più piccole: gli aminoacidi, nel genere umano sono una ventina, di cui nove sono ritenuti "essenziali" perché l'organismo non è in grado di produrli a sufficienza da solo e quindi deve introdurli col cibo. Questi aminoacidi essenziali si trovano tutti già nel latte materno e la loro assunzione da parte del lattante è estremamente importante per lo sviluppo, perché stimolano la produzione del GH, ormone della crescita, che aiuta il lattante e poi il bambino a sviluppare un valido apparato muscolare. Ma l'importanza delle proteine va ben oltre la crescita muscolare. Come altre macromolecole biologiche, le proteine sparteci-

pano praticamente in ogni processo che avviene all'interno delle cellule. Molte proteine svolgono anche la funzione di enzimi spesso vitali per il metabolismo. Altre proteine servono a mantenere la struttura e la forma delle cellule e altre sono fondamentali per le risposte immunitarie. Tutto quanto sopra esposto ci dice anche l'importanza che le proteine hanno per l'anziano. Con l'avanzare dell'età inevitabilmente l'attività motoria diminuisce, l'alimentazione si fa sempre meno variata e l'apporto proteico cala e conseguentemente, anche in assenza di malattie, il sistema immunitario diventa meno efficiente. È quindi estremamente importante che l'apporto proteico sia mantenuto a livelli sufficienti e qualitativamente eccellenti. Anni fa fu condotta negli Stati Uniti una ricerca in un ricovero per anziani che ebbe vasta risonanza come "la scoperta della pillola della giovinezza". Gli anziani trattati dimostravano tutti un recupero di vita-

lità, sia fisica che mentale. Fu svelato poi che la famosa pillola non era altro che il GH, l'ormone della crescita, che aumentava l'anabolismo proteico, con tutte le benefiche conseguenze che ne derivavano. Tutto ciò premesso, occorre ora soffermarsi sulla qualità delle proteine che dobbiamo assumere. A parte quelle fornite da pesci o animali da reddito (manzo, vitello, pollo, tacchino, maiale, coniglio ecc.) che ciascuno di noi mangia normalmente, a meno che non sia vegetariano, ci sono le proteine fornite da appositi integratori proteici. E qui il discorso diventa sensibile, perché molti controlli hanno evidenziato che la maggioranza delle proteine messe in commercio come integratori, non sono qualitativamente al di sopra della mediocrità. Una proteina, per essere ottima, deve contenere tutte e venti gli aminoacidi, quelli essenziali nelle proporzioni che hanno nel latte materno, pochissimo sodio, quasi niente lattosio (al di sotto

dell'1%). Solo una proteina con queste caratteristiche è capace di essere assimilata velocemente e interamente e, soprattutto, di stimolare la produzione di GH che assicura l'anabolismo proteico.

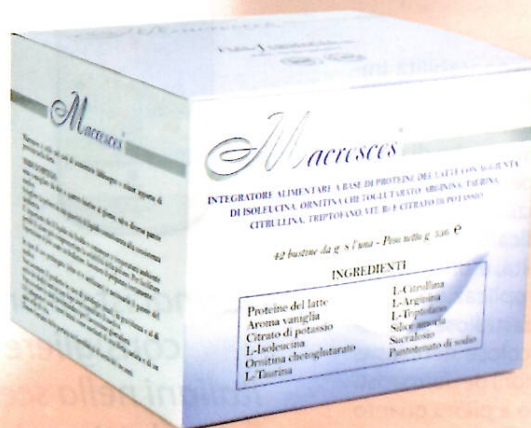
Macresces: un integratore a base di proteine per una perfetta dieta proteica

L'azienda Italfarmacia commercializza un integratore alimentare (Macresces) a base di proteine del latte con aggiunta di Isoleucina, Ornitina, Chetoglutarato, Arginina, Taurina, Citrullina, Triptofano, Vitamina B5 e Citrato di Potassio. L'Università di Tor Vergata a Roma, comparando tra loro diversi integratori proteici in commercio, ha valutato le proteine contenute in Macresces come della migliore qualità assoluta e i dati saranno a breve pubblicati sulle riviste specializzate.

Macresces

L'INTEGRAZIONE PROTEICA QUALITATIVAMENTE E QUANTITATIVAMENTE COMPLETA A DISPOSIZIONE DELLO SPECIALISTA PER IL SUO PAZIENTE

RISPONDE A TUTTE LE ESIGENZE DELL'INTEGRAZIONE PROTEICA NELLA DIETA SECONDO BLACKBURN. GRAZIE ALLA PRESENZA DI ARGININA E ACIDO PANTOTEICO INDUCE LA MASSIMA SECREZIONE DI GH, QUINDI PERMETTE LA PERDITA DEL TESSUTO ADIPOSO E IL MANTENIMENTO DELLA MASSA MAGRA.



italfarmacia
LABORATORI



Sempre primi,
per il tuo benessere!

Via di Tor Sapienza, 7
00155 Roma
www.italfarmacia.com

Tel. +39 06 45441800
Fax +39 06 45441801
info@italfarmacia.com

Numero Verde
800-592024