

Dermatologia & Cosmesi

la Pelle

La rivista per mantenerla sana e bella dal 1995

alimentazione

La carne che ti
salta in bocca

tricologia

Quali prospettive
con la ionoforesi

dermatologia

Mamme mature
e pelle delicata

integratori

Nutraceutica e
infiammazione

società

L'incubo del pelo
sulla spiaggia

dermatologia

Perché l'acne colpisce
in petto e alle spalle?

medicina estetica

Pazienti sardi:
fototipo e laser

dermatologia

Lichen Scleroatrofico
perianale

dietologia

Il venticello che
diventa ossessione



www.lapelle.it



Nelle ultime settimane ci sono stati due convegni molto significativi per la Sanità italiana. Nel primo si parlava di corruzione e il Presidente dell'Autorità Nazionale l'ha definita un male dilagante, in una "sanità che è il terreno di scorribanda da parte di delinquenti di ogni risma. Un settore che non può essere sottovalutato per l'enorme giro d'affari", stimato da Trasparency, Censis e ISPE Sanità, in circa 6 miliardi di euro l'anno su un totale di 110 miliardi per la spesa sanitaria pubblica italiana. In pratica una mazzetta di circa il 6% che secondo la ricerca graverebbe principalmente sul sistema degli acquisti di beni e servizi e degli appalti. L'altro convegno verteva sulla Sanità integrativa del nostro Paese, oggi gestita da circa 300 Fondi sanitari che assistono circa 7 milioni di persone. L'efficienza di un fondo di assistenza sanitaria si basa sull'appropriatezza degli elenchi di prestazioni sanitarie, su un corretto rapporto con i propri assistiti e sulla capacità di intercettare i comportamenti scorretti e fraudolenti. In altre parole - si è detto - sulla qualità delle prestazioni e sulla scoperta di potenziali frodi che si nascondono nelle pieghe del sistema. Evidente la difficoltà segnalata in entrambi gli incontri di individuare, nella grande massa di dati disponibili, i comportamenti sia tipici che atipici degli amministratori, dei medici, degli assistiti, e di conseguenza la necessità di identificare nuovi e più efficaci strumenti di controllo e di decisione, a vantaggio sia degli utenti che del sistema economico e sociale che contribuisce al miglioramento della salute pubblica. Battaglie molto difficili, che mettono in evidenza che, più che sui soliti proclami dei politici, bisogna puntare sulla digitalizzazione della sanità e su un sistema informatico sanitario più efficiente.

Dott. Giorgio Bartolomucci

Sommario

La carne che ti salta in bocca
pagina 2

Andarsene da vincente
pagina 4

Il tatuaggio fra Derma e Arte
pagina 6

Il successo di Cosmoprof Worldwide
pagina 8

Fanghi e azioni terapeutiche
pagina 10

La dieta che fa bene allo psoriasico
pagina 12

Piroptosi contro le cellule adipose
pagina 15

Perché l'acne colpisce petto e spalle?
pagina 19

Azioni sui tessuti e risposte biologiche
pagina 22

Cura lunga? Solo se c'è fiducia
pagina 24

Gli effetti del sole di mezzanotte
pagina 26

L'approccio fisio-anatomico globale
pagina 29

Verruche e condilomi: mummificarli per vincerli
pagina 32

Pazienti sardi: fototipo e laser
pagina 35

Tutto sul Liche scleroatrofico perianale
pagina 38

Nutraceutica e infiammazione cutanea
pagina 43

Mamme mature, pelle delicata
pagina 46

Ipersudorazione e cattivo odore
pagina 48

A chi fa più male il sole?
pagina 52

La nuova frontiera della carbossiterapia
pagina 54

Chirurgia plastica? Più guadagni per gli uomini
pagina 56

La biorigenerazione cutanea
pagina 58

L'incubo del pelo sulla spiaggia
pagina 60

Apoptosi indotta e alta frequenza
pagina 64

Ridensificazione dermica e home care
pagina 67

Tricologia: prospettive con la ionoforesi
pagina 70

Dimagrire, il venticello che si fa ossessione
pagina 72

Xerosi e piaghe da stasi
pagina 75

Quale manager per la sanità?
pagina 79



Direttore responsabile
GIORGIO BARTOLOMUCCI

Redazione
Giorgio J.J. Bartolomucci
Lawrence Bartolomucci
Gabrielle Bottenheim
Ornello Colandrea
Nadia Donghi
Arianna Folgosi
Ivano Marocchi
Ritalba Mazzara
Danilo Panicali
Susan Sauver (Washington)

Hanno collaborato a questo numero
Concetto Paolo Agnusdei, Angelica Anselmo, Anna Maria Aste, Maria Cristina Bonghina, Lucia Caredio, Cristina D'Aloiso, Maurizio Fraticelli, Gabriella Grosso, Marco Marchetti, Mario Marchetti, Massimo Milani, Giuseppe Neschese, Antonello Tateo, Alberto Volponi, Robert A. Weiss, Cristina Zambelli Franz

Fotografi
Francesco Francia, Alfredo Mariani, Max Simotti, Raffaele Soccio

Copertina
Foto:
Isabel Vegas Wonderland Collection
Hair: Isabel Vegas Studio
Ph: Francesco Francia
Organizzazione & Styling: Il portale delle meraviglie
MUA: Jo Ra
Modella: Olga De Mar

Agenzie fotografiche
Illustrated Dermatology
Image Bank

Progetto grafico
Massimiliano Salvoni

Impaginazione
Isabella Coltrè

Pubblicità
Luciana Lombardi
Edith Wiszniewska
lapelle.commerciale@yahoo.it

Uffici
HEADMASTER
Via Carlo Botta 17, 00184 Roma
Tel. 06 77073275 - Fax 06 77073168
lapelle.commerciale@yahoo.it
www.lapelle.it

Fotolito
Il Centro Cromografico (Roma)

Stampa
a cura di FG Servizi di Giulia De Felicis, Roma

Registrazione del tribunale
di Roma N° 273 del 31/5/1995



Tanti i regimi alimentari e le diete proposte ma poche quelle che funzionano veramente anche a causa della scarsa costanza di chi le intraprende

Dimagrire, il venticello che diventa ossessione

Prof. Mario Marchetti, PhD, Università di Tor Vergata
dott. Marco Marchetti: farmacista, biologo, giornalista

Dimagrire, come la calunnia in una famosa aria del Barbiere di Siviglia di Rossini, può diventare "un venticello che piano piano, si introduce nelle orecchie e nella mente della gente" fino a trasformarsi in ossessione. Dimagrire sembra essere il verbo più coniugato nella nostra tecnologica e iper-nutrita società e diventa un *must* specialmente in primavera con l'arrivo dei primi caldi. Del resto nei giornali e nei salotti televisivi è tutto un fiorire di consigli alimentari, di diete dai nomi stravaganti, di esempi di protocolli alimentari spesso fantasiosi e, a volte, al limite del ridicolo. Però c'è ben poco da ridere: una alimentazione sbagliata, sbilanciata e priva dei necessari nutrienti non è solo inutile, può essere addirittura pericolosa. I problemi dell'obesità e del sovrappeso stanno infatti assumendo una rilevanza sempre maggiore. Non si tratta di problemi puramente estetici poiché hanno un importante impatto anche sul servizio sanitario nazionale, essendo la causa primaria, oppure fattore di rischio, di molte patologie. Purtroppo però, uno stile di vita frenetico e non regolare, l'imposi di modelli alimentari lontani da quelli che sono propri delle nostre tradizioni e un'offerta di cibo che privilegia la quantità alla qualità stanno facendo oscillare l'ago delle nostre bilance verso valori via via sempre più alti e quindi sempre più lon-

tani da quelli desiderati. Pur di perdere i chili in eccesso infatti, molti sarebbero disposti a tutto, anche ad assumere pillole e miscele dannose per la salute. Chi lo fa non capisce che dimagrire è un processo lento che richiede costanza e applicazione. La cronaca è arrivata a raccontarci di decessi dovuti a regimi alimentari troppo restrittivi oppure a troppo facili e pericolose scorciatoie sintetiche. Necessita di un cambio di mentalità e spirito di sacrificio. Il modo migliore per farlo è seguire una dieta nel senso *ellenico* del termine, che tradotto indica un "corretto stile di vita". Il che, nella nostra società si traduce in un minore apporto di calorie e un maggior dispendio energetico, nell'evitare eccessi e vizi come alcol e tabacco e nell'assumere i nutrienti di cui abbiamo bisogno e nelle giuste quantità. La cosiddetta dieta mediterranea, ricca di verdure e frutta di stagione, di olio di oliva, di cereali e pesce ma povera di grassi animali e zuccheri semplici, è perfetta ma deve essere integrata da una maggior quantità di moto e dal reale abbandono di abitudini consolidate pur se sbagliate. Per questo pur seguendola è necessario il supporto di un esperto che sappia consigliare. Ed è indispensabile avere costanza perché un regime alimentare corretto anche se porta a un dimagrimento progressivo lo fa ad un ritmo tanto lento da indurre il paziente ad abbandonarlo. L'aspetto psicologico è allora fondamentale: siamo tutti disposti alle rinunce, purché ripagati da

un risultato, tangibile e soddisfacente. La ricerca sembra offrire un valido supporto tramite quella che comunemente viene definita "dieta proteica": un regime alimentare ormai ufficialmente accettato dalla comunità scientifica e ampiamente utilizzato perché garantisce ottimi risultati in termini di perdita di peso, in completa sicurezza e in poco tempo. Ciò è reso possibile perché a differenza di altri tipi di diete la perdita di peso è principalmente a scapito della massa grassa mentre quella magra, ossia i muscoli, vengono mantenuti e in qualche caso implementati. Ma l'aspetto che maggiormente colpisce è la totale assenza di fame dei pazienti. Certo, anche in questo caso si devono affrontare piccole privazioni ed è obbligatorio affidarsi alle cure di uno specialista della nutrizione sia perché non tutti possono intraprendere questo tipo di alimentazione, sia perché una volta iniziata occorre integrarla con vitamine, complessi di sali minerali, lassativi o drenanti in funzione dello stato di salute. I risultati raggiunti basteranno da stimolo per proseguire in un regime alimentare mediterraneo che rimane la prima scelta in campo di alimentazione. Quindi se anche noi siamo tra quelli a cui l'imperativo dimagrire è entrato dolcemente nelle orecchie e nella testa, possiamo smettere di lasciarlo sussurra e farlo esplodere come un colpo di cannone come direbbe il maestro Rossini, perché abbiamo individuato una possibile soluzione.

MA CRE SCES

Efficace
Sicuro
Rapido

L'integrazione proteica qualitativamente e quantitativamente completa a disposizione dello specialista per il suo paziente

VANTAGGI:

- Perdita delle adiposità localizzate (rimodella la silhouette)
- Effetto rapido, sano e sicuro
- La fame svanisce subito
- Rinvigorisce la massa magra senza perdita di energia
- Permette il mantenimento del peso raggiunto (seconda fase)



italfarmacia
LABORATORI

Via di Tor Sapienza, 7
00155 Roma
Tel. +39 06 45441800
info@italfarmacia.com



Numero Verde
800-592024

www.italfarmacia.com