

DONNE, UOMINI E LA RICERCA DEL “BELLESSERE”

Luminosità, tonicità, freschezza e leggerezza: le parole d'ordine della gioventù hanno lunga vita se, a un'alimentazione equilibrata e integrata, si coniuga una costante e mirata cura di sé. Anche chirurgica.

La silhouette sottile, la pelle luminosa e compatta, una folta onda di capelli tizianeschi e un sorriso contagioso. Fin dal primo impatto Simona Nichetti, esperta in Medicina estetica, nonché In Nutrizione e Metodiche omotossicologiche integrate, appare come il risultato di quanto le sue terapie si prefiggono, riassumibile in un motto propositivo e promettente: «benessere uguale benessere»

Dottoressa, come è giunta a questa affermazione?

«Sono cresciuta in una famiglia di persone sportive e sin da piccola mi è stato insegnato un life style salutistico, basato sul detto latino “mens sana in corpore sano”. Studiando Medicina ho coniugato il senso del vivere in modo sano con buoni risultati estetici, oltre che a un equilibrio interiore. Chi vive in maniera sana è sicuramente più bello e gradevole».

Quale è il primo passo per ottenere un qualsiasi miglioramento esteriore?

«Sicuramente l'alimentazione corretta e integrata, capace di fornire al nostro organismo tutti i nutrienti necessari per riparare, o prevenire, sia i danni alla cute che alla linea».

In vista della bella stagione cosa suggerisce per togliersi di dosso i chili superflui?

«Innanzitutto una dieta che riduca l'apporto di carboidrati raffinati e aumenti l'introduzione di fibre e materiale proteico-amminoacidico, il quale agisce in modo diretto sulla massa grassa. Non solo la linea ne avrà giovamento, ma si potrà “prendere due piccioni con una fava”, poiché gli amminoacidi sono il costituente di collagene, fibre elastiche e reticolari, elementi fondamentali per la tonicità e compattezza della pelle. Ne deriva che il nostro substrato alimentare è il cardine sul quale costruire un programma di ristrutturazione cutanea. Indispensabile complemento di qualsiasi trattamento medico-estetico».

Com'è possibile stabilire il corretto apporto di amminoacidi?

«Il quantitativo è soggettivo e viene stabilito in base a un preciso esame clinico, corredato da un mineralogramma per la valutazione della tipologia metabolica, e rientra nel progetto personale di rieducazione alimentare stilato da un medico competente».

Per un trattamento mirato agli inestetismi del viso, quali sono le novità anti-aging?

«Rughe e solchi nel volto sono i segni visibili dello scorrere del tempo, alterano i connotati e danno un'espressione malinconica. Premesso che la dieta da sola già produce miglioramenti, si può intervenire in loco con la Medicina estetica. Ottimi risultati si ottengono con i nuovi peeling superficiali, medi e profondi. Questi ultimi, addirittura, danno effetti da lifting e tutti sono utilissimi per la correzione di macchie, cicatrici e invecchiamento cutaneo. Si interviene, inoltre, con i filler, quali acido ialuronico, collagene e idrossilapatite di calcio, iniettati al di sotto della ruga per sollevare il tessuto dermico, correggere depressioni e creare nuovi volumi a labbra, zigomi e mento. I filler non permanenti, come quelli menzionati, hanno la capacità di legarsi all'acqua presente nella pelle svolgendo un'azione terapeutica. Il loro effetto dura dai tre ai cinque mesi per i primi due, molto più a lungo per la idrossilapatite di calcio, che non richiede test preliminare come

pure l'acido ialuronico di sintesi. Richiede un test pre-impianto solo il collagene di derivazione bovina, di contro il nuovo tipo di derivazione umana ne è esente. Sono presenti, inoltre, sul mercato filler permanenti che hanno il vantaggio di una sola applicazione, ma che con il tempo possono subire una migrazione anomala dovuta alla legge di gravità».

E si fa un gran parlare di botulino...

«L'azione farmacologica della tossina botulinica è nota da parecchi anni in neurologia e oculistica. Da qualche anno si utilizza in Medicina estetica per la correzione delle rughe di espressione della parte superiore del viso e per la cura dell'iperidrosi. Tra le varie metodiche anti-aging di viso, collo, décolletée e mani vorrei ricordare l'importanza della biorivitalizzazione e della bioristrutturazione, consistenti in micro-iniezioni epidermiche di un cocktail di ialuronico, vitamine e amminoacidi».

Questi interventi di Medicina estetica soft, lasciano alterazioni o segni evidenti?

«La maggior parte di queste cure lascia segni lievi e transitori, la cui durata varia da alcune ore a un massimo di due o tre giorni. Fatta eccezione per il peeling profondo».

Quando invece si opta per un intervento di chirurgia estetica??

«L'intervento di chirurgia avviene solo all'interno di un programma salutistico già iniziato e condotto per preparare il terreno a un risultato ottimale. Programma che si avvia sotto lo stretto controllo di un medico specialista».

Di Marisa Gorza