

# più Sani più Belli

Magazine

**SCUOLA DI MAKE-UP**

## MASCARA ED EYELINER: IL GRANDE RITORNO!

Ciglia folte e spesse con i trucchi dei nostri esperti di beauty

## Valeria Marini

“Somatizzo lo stress: così ho risolto. E poi, vi svelo i miei segreti di bellezza”

**LA NOSTRA SALUTE**

✓ **HERPES ZOSTER**

C'è un modo per prevenirlo

✓ **DIGESTIONE LENTA**

Il menu “salva stomaco”

**ATTUALITÀ**

## VACCINI

Meningite: facciamo il punto su sintomi e cure

## SANITÀ, QUANDO È GRATIS

Tutto sui nuovi livelli essenziali di assistenza

**CURA DEL CORPO**

## CELLULITE... TI DICO ADDIO!

Crema, massaggi, dieta e ultimi ritrovati per dire addio alla buccia d'arancia

**FITNESS**

## È SCOPPIATA LA URBAN WALKING MANIA

I benefici della passeggiata con i bastoncini

**OSTEOPOROSI E TIROIDE**

Un aiuto arriva da un alimento insospettabile

## PREPARATI ALLA PRIMAVERA!

# PIÙ BELLA E IN FORMA CON LA DIETA FELICE!

TROVA SUBITO L'EQUILIBRIO PERFETTO CON LA NUOVA DIETA DEL METABOLISMO... E SORRIDI IN SOLI 7 GIORNI!

**BELLEZZA**

**CAPELLI PIÙ FOLTI SUBITO!** LA GUIDA DELL'HAIR STYLIST ALL'EXTENSION FAI DA TE E LE ULTIME NOVITÀ DAI SALONI

**BUONE NOTIZIE**

**ALZHEIMER** Nuove ricerche riaccendono la speranza  
**CANCRO AL SENO** Testato un vaccino su pazienti



## Biorigenerazione

# Il segreto della giovinezza

Per migliorare lo stato vitale della pelle, recuperare elasticità e consistenza, si può ricorrere al plasma arricchito di piastrine

di Maria Angela Masino

Con la consulenza del dott.

**GIANCARLO DELLI SANTI,**



chirurgo plastico,  
Dirigente Medico  
presso la UOC di Alta  
Specialità di Chirurgia  
Plastica Ricostruttiva  
e Centro grandi  
Ustionati dell'Ospedale  
S. Eugenio di Roma,  
Consigliere Nazionale  
SICPRE.

**I**l PRP, sigla che sta per **Platelet Rich Plasma** – cioè plasma ricco di piastrine, è una tecnica di rivitalizzazione utilizzata per ringiovanire i tessuti di viso e corpo agendo sui processi biologici. I suoi vantaggi sono molteplici, a iniziare dalla bassa invasività (si esegue in circa mezz'ora, in ambulatorio, senza incisioni) per arrivare all'assenza di reazioni allergiche. L'efficacia del PRP è legata alla presenza dei fattori di crescita contenuti nelle piastrine, capaci di stimolare diversi meccanismi cellulari, tra cui la proliferazione dei fibroblasti (le unità funzionali del derma) e la sintesi del collagene, migliorando così lo stato vitale della pelle.

**Il PRP non è un semplice trattamento di bellezza, ma una metodica biologica che tende a ripristinare le condizioni della cute ottimali, con risultati anche estetici, in termini di miglioramento dell'aspetto, consistenza ed elasticità.**

## LA RICERCA DELLA SICPRE

La Società italiana di chirurgia plastica ricostruttiva ed estetica (SICPRE) ha svolto tra i propri soci (l'80% dei chirurghi plastici italiani) un sondaggio teso a "fotografare" gli utilizzi più comuni del PRP. "È risultato che il 100% dei rispondenti conosce questa metodica" dichiara il presidente Paolo Palombo.

Nell'ambito della biorigenerazione, il 75% lo usa per il volto, il 68% per l'alopecia, il 53% per collo e décolleté, il 39% per le mani. Il sondaggio si iscrive nell'ambito della collaborazione tra la SICPRE e l'Istituto Superiore della Sanità e il Comitato Nazionale Sangue, che ha invitato la prima al tavolo per la definizione e l'aggiornamento delle **indicazioni terapeutiche sull'utilizzo appropriato degli emocomponenti**, come appunto il PRP. "I risultati della nostra ricerca – spiega il dottor Giancarlo Delli Santi – contribuiranno a definire le linee guida che saranno redatte in materia".

## Microiniezioni che non lasciano segni

**I**l PRP è un trattamento semplice e praticamente indolore. Dopo aver effettuato un prelievo di sangue, lo si fa centrifugare per separare i globuli rossi e bianchi dal plasma, la parte liquida in cui si trovano le piastrine. Prelevata questa componente liquida, si effettua una seconda centrifugazione necessaria per concentrare il derivato ematico.

**La preparazione è a cura di un centro trasfusionale, specificatamente autorizzato.** Bisogna diffidare dei kit fai-da-te, proprio perché la qualità del PRP fa la differenza tra successo e fallimento della terapia. Il PRP così ottenuto viene trasferito nella parte da trattare con una serie di micro-iniezioni eseguite con un ago sottile, senza necessità di anestesia.

Il trattamento avviene in ambulatorio e non lascia alcun segno (al massimo, in qualche caso, piccoli lividi che scompaiono nel giro di poche ore). I primi risultati sono visibili dopo 3-4 settimane. **Di solito si eseguono i primi due trattamenti a distanza di un mese.** I seguenti, per mantenere il risultato, avvengono normalmente ogni 4 mesi.

### EFFETTI COLLATERALI

Il PRP è definito materiale autologo, perché ricavato dal sangue del paziente, e **non presenta rischi di reazioni allergiche.** Come per qualsiasi altro trattamento iniettivo, possono formarsi piccoli ematomi dovuti ai leggeri traumi causati dalle punture. Associati a un lieve gonfiore, scompaiono nel giro di poche ore.

## CALVIZIE ADDIO

Il diradamento dei capelli si può efficacemente contrastare con il PRP.

**La metodica è particolarmente efficace nelle donne.** Il PRP è utile in tutti gli stadi di alopecia, anche quella androgenetica, la tipologia più frequente di calvizie, che si manifesta di solito per predisposizione ereditaria e, nel caso delle donne, per un eccesso di ormoni maschili, in particolare di diidrotestosterone. Il PRP fornisce alle cellule staminali del bulbo il segnale che le induce a rientrare nel ciclo cellulare e replicarsi, ripristinando così il ciclo fisiologico di crescita del capello. In conseguenza del trattamento, la caduta viene interrotta, il fusto del capello appare più robusto e si verifica la comparsa di nuovi capelli. Il PRP in questo caso viene ripetuto per almeno 2-3 volte a distanza di 1, 3 e 6 mesi, per valutare le ulteriori necessità.

## VISO PIÙ FRESCO

Perdita generale di tono, colorito opaco e rughe superficiali: sono questi gli inestetismi del viso che il PRP contrasta con la massima efficacia. Percepito in generale, **il miglioramento è particolarmente apprezzabile nella regione attorno agli occhi**, che per prima presenta rughe fitte e superficiali. "Ovviamente ricorrere al PRP non dà gli stessi risultati di un lifting, di una blefaroplastica o delle infiltrazioni di botulino - puntualizza Delli Santi -. Il vantaggio di questa tecnica, però, è quello di essere decisamente naturale, poco invasiva e di non determinare alcun cambiamento nell'espressione. Con il PRP i tessuti vengono rivitalizzati, non ridotti e riposizionati chirurgicamente, né paralizzati in parte e temporaneamente, come accade per il botulino". Inoltre, con il PRP si riducono le occhiaie scure.

## MENO FASTIDI NELL'INTIMITÀ CON IL PRP

Prima e durante la menopausa, gli organi genitali femminili vanno incontro a una trasformazione fisiologica che ne determina la progressiva atrofia, causando **disagio, senchezza e dolore durante i rapporti sessuali**. "Il trattamento con il PRP non modifica il livello di estrogeni e progesterone, ma attenua gli effetti dei minori livelli di ormoni presenti nel sangue. In particolare, i fattori contenuti nel plasma arricchito di piastrine aumentano l'apporto di ossigeno e nutrienti alla cute e alla mucosa della regione vulvare, determinandone il ringiovanimento e la scomparsa di bruciori e pruriti".

## ATTENZIONE ALLA QUALITÀ

"Perché sia sicuro ed efficace - mette in guardia Delli Santi - **il plasma ricco di piastrine deve essere preparato da centri autorizzati**, che operano secondo gli standard di sicurezza internazionali".

**Come fare a essere certi che si è in buone mani?** Non esitare a fare domande tese ad approfondire le procedure seguite dal professionista e ricordare che i prezzi mini corrispondono a sicurezza micro. "Il PRP proposto a meno di 250-300 euro non può corrispondere ai fondamentali criteri di sicurezza e professionalità".

## COLLO E DÉCOLLETÉ, NO ALL'AVVIZZIMENTO

Con l'età la pelle del collo e del décolleté tende a diventare più sottile e a presentare segni di avvizzimento, con la comparsa di **rughe sottili che non si attenuano con i soli cosmetici**. In particolare, sul collo compaiono i cosiddetti "anelli di Venere", rughe circolari e parallele, e sul décolleté segni a raggiera, più visibili in donne con un seno abbondante che hanno l'abitudine di dormire su un fianco. I trattamenti con il PRP rendono i tessuti più compatti, giovani e vitali, riducendo tutti questi segni. In particolare, il PRP è utile soprattutto per il décolleté, che non si può migliorare chirurgicamente ma solo rivitalizzare, appunto, con un intervento sulla biologia dei tessuti.

## I risultati su mani con vene e tendini troppo visibili

L'età di una donna si vede dalle mani, dicevano le nonne: le nostre estremità sono continuamente esposte a vari agenti aggressivi (sole, freddo, detergenti). Con il tempo, il dorso delle mani tende a presentare macchie scure e assottigliamento cutaneo, **favorendo la comparsa di un fitto reticolo di rughe che conferisce il caratteristico aspetto "vecchio"**.

Le cose cambiano in modo sostanziale con il PRP, proprio per la sferzata di vitalità e rinnovamento che il plasma ricco di piastrine riesce a dare. In seguito ai trattamenti con il PRP i tessuti delle mani risultano rimpolpati e cambia completamente la qualità della cute.

**L'effetto più evidente è sulle rughe superficiali.**

Quando necessario, si abbina una seduta di laser, in modo da eliminare le discromie, ed eventualmente un trattamento di lipofilling che contribuisce a rendere più turgida la pelle.