

# SILHOUETTE

Linea, bellezza, attualità, moda

€ 3,00  
con la  
maschera  
viso

DONNA



**CAPELLI**  
remise en forme  
dopo l'estate

**braccia  
e gambe**

TONIFICARE CON  
STAMINALI, COLLAGENE  
E RADIOFREQUENZA

la rivincita  
del lifting

**TRUCCO**  
GRUNGE URBANO

**abbronzatura**  
per farla durare  
meglio lo scrub  
o il peeling?

**YOGA THERAPY**  
A MISURA DI DONNA

LA DIETA DEL  
**MINI  
DIGIUNO**  
intermittente

**-4 KG**  
IN UN MESE

**LINEA**  
come resistere  
ai trigger food

SPECIALE  
**VIVERE GREEN**

**psico**  
che ecoansia!

CHIRURGIA ESTETICA

Il botox per attenuare le rughe sulla fronte, l'acido ialuronico per riempire i solchi... per tutto il resto c'è la chirurgia

# IL RITORNO DEL **lifting**

**Q**uando tutto intorno a noi è sempre più "fake", dalle foto sui social alla perfezione delle vip, cresce un desiderio di naturalezza. E nello studio del chirurgo, la naturalezza a volte corrisponde a un intervento che va a modificare la fisiologica perdita di tono, di turgore, di levi-

gatezza. Tanto che, accanto ai piccoli ritocchi di medicina estetica utilissimi per una fase iniziale di invecchiamento o per la manutenzione di un trattamento già fatto, torna in auge il lifting, il gold standard quando l'esigenza è quella di distendere i tratti ed eliminare le rughe da viso, collo e non solo. Un intervento pulito che mette indietro le lancette del tempo.

## classico o mini?

In principio era il lifting, una pratica chirurgica che si è andata via via perfezionando negli anni, che aveva l'obiettivo di risolvere i problemi di un viso con rughe e "incertezze" dovute al cedimento dei tessuti. Come? Incidendo e scollando i tessuti, sollevando e fissando i muscoli che si sono arresi alla forza di gravità, riposizionando la cute con una trazione calibrata così che risulti levigata in superficie ma senza effetti innaturali, elimina i tessuti in eccesso e ricuce. Negli anni il lifting si è fatto sempre più "mini", anche perché alla chirurgia ci si avvicina sempre prima, senza aspettare che i segni dell'invecchiamento diventino eccessivi. Spetta al chirurgo decidere se eseguire uno o l'altro, in base a una valutazione oggettiva. I prezzi variano in base alla città, alla clinica, al chirurgo. Si va dagli 8.000 euro/10.000 euro per il minilifting ai 10.000 euro/15.000 euro per il lifting, compresi i costi della struttura (sala operatoria con tutta l'equipe).

## cervicale il più richiesto

Mini nel post operatorio ma non nel risultato il minilifting cervicale è uno degli interventi più richiesti dalle donne (a partire dai 40 anni) perché è poco invasivo, interviene sulla parte inferiore del viso, attenuando i solchi che si formano tra il naso e la bocca, sulla linea mandibolare non più nitida e, in parte, sul collo.

### IN PRATICA

«Viene eseguita un'incisione dentro e dietro l'orecchio e questo consente di mettere in tensione i tessuti, riducendo la

laxità e le rughe. Il tessuto che "avanza" dopo essere stato diviso e riposizionato viene eliminato. La posizione dell'incisione garantisce cicatrici pressoché invisibili», spiega Marco Klinge, professore di Chirurgia Plastica Ricostruttiva ed Estetica all'Università degli Studi di Milano e responsabile dell'Unità Operativa di Chirurgia Plastica all'Istituto Clinico Humanitas di Rozzano (Milano). **L'intervento dura circa un'ora, viene effettuato in anestesia generale o locale con sedazione.**

### COSA SUCCEDDE DOPO

In generale, dopo un lifting si tiene il volto bendato per 24-48 ore. Per evitare di sollecitare eccessivamente la muscolatura del volto, per i primissimi giorni dopo l'intervento si consiglia di evitare i cibi particolarmente coriacei, quelli che impegnano molto la masticazione. Il gonfiore scompare progressivamente nel giro di 10 giorni, mentre i lividi possono essere praticamente insistenti. Eliminato il bendaggio, è importante prendersi cura della ferita, innanzitutto curandone la perfetta pulizia.

## con lipofilling se il viso è magro

Quando il minilifting viene praticato su un viso piuttosto magro, si possono ottenere risultati ancora migliori se lo si abbinava al lipofilling, l'autotrapianto di grasso che si esegue durante la stessa seduta operatoria.

### IN PRATICA

Il lipofilling richiede una piccola

lipos aspirazione in una zona del corpo della persona stessa in cui il grasso è naturalmente presente, come l'addome o i fianchi. Dopo essere stato opportunamente lavorato, il grasso aspirato viene trasferito nel viso con appositi aghi.

«Il nostro grasso è ricco di cellule staminali adulte che attivano un processo di rigenerazione

nei tessuti in cui vengono trasferite. Il grasso è inoltre un filler prezioso e sicuro che, soprattutto nei visi magri, permette di addolcire l'esito del riposizionamento dei tessuti. Il risultato è un aspetto più giovane e completamente naturale», spiega il professor Klinge.



**del sopracciglio  
come una modella**

Il lifting del sopracciglio serve per rialzare la coda del sopracciglio, cioè la sua parte esterna, ed "aprire" lo sguardo. «Anche chiamato lifting delle modelle, è sicuramente un intervento mini-invasivo che, nei casi in cui è indicato, può cambiare decisamente l'impressione che si ricava a colpo d'occhio», dice Marco Klingner. «È indicato anche a partire dai 30 anni (quando questo tipo di cedimento si verifica in forma precoce), o in persone che per conformazione del viso tendono ad avere il sopracciglio un po' "chiuso", elemento che conferisce al viso un'espressione triste. Non va invece eseguito per migliorare la palpebra superiore cadente. In questo caso, infatti, serve sottoporsi alla blefaroplastica sottolinea.

**IN PRATICA**  
«Viene praticata una piccola incisione nel cuoio capelluto, tra i capelli (pertanto del tutto invisibile), dalla quale si provvede a riposizionare i tessuti, eliminando quelli in eccesso responsabili dell'«inestetismo» spiega il chirurgo. L'intervento avviene in anestesia locale, con l'aggiunta di sedazione se si è molto ansiose (si dorme ma senza essere intubate).

**UNA DEGENZA LIGHT**  
Quando finisce l'effetto dell'anestesia, di solito si avverte un po' di indolenzimento. Come medicazione è sufficiente tenere una fasciatura per la prima notte, allo scopo di ridurre il rischio di gonfiore. Nella grande maggioranza dei casi già il giorno dopo non ci sono segni evidenti dell'avvenuto ritocco, a parte la nuova luce conferita allo sguardo. Le ferite guariscono spontaneamente e progressivamente nel giro di due settimane al massimo. Dopo i primi 2-3 giorni è possibile lavare i capelli.

**liquido  
con gli induttori di collagene**

Cosa fare di non invasivo per risolvere un inestetismo dovuto a tessuti "poveri" e cadenti diffuso su tutto il viso e il collo? «La soluzione in questi casi è l'iniezione di induttori di collagene, una sorta di lifting liquido. Come il nome stesso suggerisce gli induttori stimolano l'organismo a produrre questa preziosa proteina, che è la più diffusa nel nostro organismo, ma con il passare del tempo diventa sempre più "rara"», spiega la dottoressa Vanessa Patrizi, medico estetico a Roma. «A partire dai 25 anni, infatti, la produzione spontanea si riduce

progressivamente, riducendo così elasticità, tono e turgore dei tessuti. L'ultima novità tra gli induttori di collagene è il coreano Gouri, un iniettabile a base di policaprolattone (PCL) che ha la caratteristica unica di essere completamente liquido», dice la dottoressa.

**IN PRATICA**  
«Il composto viene infiltrato nei tessuti del viso e del collo tramite pochi punti di applicazione» e da qui si diffonde a macchia d'olio, stimolando in modo omogeneo i fibroblasti a produrre nuovo collagene. Per rendere l'applicazione

completamente indolore si può aggiungere una piccola quantità di lidocaina, un anestetico locale molto ben tollerato», spiega. L'azione di Gouri in termini di bioristrutturazione è notevole e molto naturale, con un netto miglioramento della consistenza dei tessuti e un effetto lifante

evidente. Il ciclo completo prevede tre trattamenti a distanza di 30-40 giorni, ma nei casi in cui i segni dell'invecchiamento non sono molto evidenti ne può bastare anche 1 (o 2). Il costo di un trattamento va da 300 euro a 600 euro, in base alle aree di applicazione.

**DA SAPERE**

In alcuni casi, la produzione di nuovo collagene si manifesta, a qualche giorno dal trattamento, con un gonfiore locale che regredisce completamente nell'arco di circa 24 ore, eventualmente anche assumendo compresse di bromelina, un prodotto naturale ricavato dal gambo dell'ananas che svolge un'azione antinfiammatoria.

**PER LE RUGHE  
della fronte**

Quando si parla di rughe della fronte e del terzo superiore del viso, contorno occhi compreso, una buona alternativa alla chirurgia è il ricorso alle infiltrazioni di botulino, trattamento ambulatoriale che si esegue normalmente anche in studio. «Il botulino induce una paralisi parziale e temporanea nei muscoli in cui viene iniettato, ma il suo effetto appare dopo 7-10 giorni e scompare in 4-6 mesi. Dopo questo periodo di tempo, per avere lo stesso risultato bisogna sottoporsi a una nuova infiltrazione», spiega il dottor Klingner.

**A CHI  
RIVOLGERSI**

Anche negli interventi di chirurgia estetica, la sicurezza è fondamentale. Rivolgendosi a un professionista serio e preparato si ha la certezza di avere una struttura all'altezza e in possesso di tutte le autorizzazioni necessarie (è infatti il medico a scegliere dove operare) e di una formazione e aggiornamento che permette di eseguire la procedura nel modo migliore, gestendo anche

le eventuali complicanze. Il lifting è un intervento sicuro e molto eseguito, ma ogni situazione della vita comporta rischi. Lo Specialista in Chirurgia Plastica Ricostruttiva ed Estetica è il medico che dopo la laurea in medicina e chirurgia ha frequentato per 5 anni la Scuola di Specializzazione in Chirurgia plastica ricostruttiva ed Estetica, conseguendo la migliore preparazione. Per trovare uno specialista: [www.aisp.it](http://www.aisp.it)

# liquido con gli induttori di collagene

Cosa fare di non invasivo per risolvere un inestetismo dovuto a tessuti "poveri" e cadenti diffuso su tutto il viso e il collo? «La soluzione in questi casi è l'iniezione di induttori di collagene, una sorta di lifting liquido. Come il nome stesso suggerisce gli induttori stimolano l'organismo a produrre questa preziosa proteina, che è la più diffusa nel nostro organismo, ma con il passare del tempo diventa sempre più "rara"» spiega la dottoressa Vanessa Patrizi, medico estetico a Roma. «A partire dai 25 anni, infatti, la produzione spontanea si riduce

progressivamente, riducendo così elasticità, tono e turgore dei tessuti. L'ultima novità tra gli induttori di collagene è il coreano Gouri, un iniettabile a base di policaprolattone (PCL) che ha la caratteristica unica di essere completamente liquido» dice la dottoressa.

## IN PRATICA

«Il composto viene infiltrato nei tessuti del viso e del collo tramite pochi punti di applicazione e da qui si diffonde a macchia d'olio, stimolando in modo omogeneo i fibroblasti a produrre nuovo collagene. Per rendere l'applicazione

completamente indolore si può aggiungere una piccola quantità di lidocaina, un anestetico locale molto ben tollerato» spiega. L'azione di Gouri in termini di bioristrutturazione è notevole e molto naturale, con un netto miglioramento della consistenza dei tessuti e un effetto liftante

evidente.

Il ciclo completo prevede tre trattamenti a distanza di 30-40 giorni, ma nei casi in cui i segni dell'invecchiamento non sono molto evidenti ne può bastare anche 1 (o 2). Il costo di un trattamento va da 300 euro a 600 euro, in base alle aree di applicazione.

## DA SAPERE

In alcuni casi, la produzione di nuovo collagene si manifesta, a qualche giorno dal trattamento, con un gonfiore locale che regredisce completamente nell'arco di circa 24 ore, eventualmente anche assumendo compresse di bromelina, un prodotto naturale ricavato dal gambo dell'ananas che svolge un'azione antinfiammatoria.

## A CHI RIVOLGERSI

Anche negli interventi di chirurgia estetica, la sicurezza è fondamentale. Rivolgendosi a un professionista serio e preparato si ha la certezza di avere una struttura all'altezza e in possesso di tutte le autorizzazioni necessarie (è infatti il medico a scegliere dove operare) e di una formazione e aggiornamento che permette di eseguire la procedura nel modo migliore, gestendo anche

le eventuali complicanze. Il lifting è un intervento sicuro e molto eseguito, ma ogni situazione della vita comporta rischi. Lo Specialista in Chirurgia Plastica Ricostruttiva ed Estetica è il medico che dopo la laurea in medicina e chirurgia ha frequentato per 5 anni la Scuola di Specializzazione in chirurgia plastica ricostruttiva ed Estetica, conseguendo la migliore preparazione. Per trovare uno specialista: [www.sicpre.it](http://www.sicpre.it)

## PER LE RUGHE della fronte

Quando si parla di rughe della fronte e del terzo superiore del viso, contorno occhi compreso, una buona alternativa alla chirurgia è il ricorso alle infiltrazioni di botulino, trattamento ambulatoriale che si esegue normalmente anche in studio. «Il botulino induce una paralisi parziale e temporanea nei muscoli in cui viene iniettata, ma il suo effetto appare dopo 7-10 giorni e scompare in 4-6 mesi. Dopo questo periodo di tempo, per avere lo stesso risultato bisogna sottoporsi a una nuova infiltrazione» spiega il dottor Klinger.

Simonetta Barone