

Dr. Zollino

Medicina Estetica
Dietologia e Nutrizione
Medicina Generale

- Trattamenti viso e corpo
- Thermage per la lassità cutanea
- Tricologia e calvizie
- Filler
- Laser
- Macrolane
- Trattamento cellulite
- Nutrizione

- Botulino
- Epilazione permanente
- Ringiovanimento cutaneo
- Intolleranze alimentari
- Macchie
- Trap per capillari e vene varicose
- Dietologia
- Fitoterapia

RINGIOVANIRE SENZA BISTURI? OGGI SI PUÒ

Rughe, pieghe, lassità cutanea, macchie, colorito spento, perdita dei volumi, sono tanti aspetti della stessa condizione: l'inesorabile scorrere del tempo! La medicina estetica e del benessere, oggi, con le sue innovative tecniche, sempre di più permette di fare prevenzione. E poichè vale sempre il detto "prevenire è meglio che curare", non aspettiamo che i segni della vecchiaia siano già manifesti, preoccupiamoci da subito della cura del nostro benessere fisico e mentale.

Ormai tutti conoscono i cardini del benessere: sana alimentazione, corretto stile di vita, adeguata attività fisica, cura della persona.

Assistiamo, a seconda delle mode, all'imperversare di diete "miracolose", che tanti affascinano per la soluzione finale ai problemi di peso, ma che, come meteore, spariscono non appena ci si accorge della loro inutilità e, a volte, della loro pericolosità. L'unica vera alimentazione corretta, suffragata da decenni di studi scientifici in tutto il mondo, è LA DIETA MEDITERRANEA, con il suo trionfo di frutta e verdura, olio d'oliva come condimento, legumi, pesce, poca carne e formaggi. E' così semplice!

Avere una vita regolata, con la suddivisione dei pasti in 5 momenti, non cenare tardi la sera, bere poco o niente alcolici, assicurarsi un adeguato numero di ore di sonno, non affannarsi per riuscire a fare tutto e subito, sono regole fondamentali per il benessere.

L'attività fisica deve essere adeguata all'età, al proprio stato di preparazione atletica, non essere fonte di stress, ma di certo deve essere costante e quotidiana, ove possibile.

Per la cura della persona si usino buone creme idratanti, si stia attenti alla perdita di tono e luminosità della pelle che sono i primi se-



gnali di una cute che soffre! Iniziamo subito a rifornire la pelle delle sostanze che le mancano: l'acido ialuronico, per esempio, è "l'alimento" principe della pelle, non facciamoglielo mancare; ha un solo problema: per essere veramente efficace deve essere iniettato sotto la cute, altrimenti ha poco o scarso effetto. Ancora, se notiamo la comparsa di macchie sulla pelle, togliamole subito con una seduta di laser, aspettando non faremo altro che farle diventare più estese e più profonde, quindi più difficili da eliminare.

E se non abbiamo avuto una buona cura della persona? E' ormai troppo tardi?

Niente panico, prima di ricorrere al bisturi, la medicina estetica e del benessere pensa anche a questo: per le rughe della parte inferiore del volto o per ripristinare i volumi persi, c'è ancora una volta l'acido ialuronico, sempre come filler (iniettabile); per le rughe della fronte, contorno occhi, contorno labbra poche gocce di botulino risolvono il problema; per la pelle rilassata del viso e del corpo è il Thermage la cura adatta, sofisticata apparecchiatura che in America è stata soprannominata "il lifting della pausa pranzo", ma ce n'è anche per cellulite, capillari e vene varicose, perdita di capelli

Una sola raccomandazione, imprescindibile: affidarsi a professionisti qualificati, che abbiano una consolidata esperienza e che si mantengano costantemente aggiornati.

E allora? Buona giovinezza a tutti



Via E.T. Moneta, 5 - 74024 Manduria (TA)

Tel. 099.9712227 - info@dottorzollino.it

www.dottorzollino.it