

DOMANDE & RISPOSTE

LA LETTERA DEL MESE

RISPONDE IL CHIRURGO PLASTICO PIETRO LORENZETTI, ROMA

Nostra figlia vuol rifarsi il seno, vorremmo che ci ripensasse



Io e mio marito abbiamo una figlia di vent'anni. È bella, studiosa e seria ma negli ultimi mesi due amiche si sono rifatte il seno e lei vuole imitarle. È maggiorenne e può fare quello che vuole ma a noi non sembra una scelta giusta. Cosa possiamo dirle per farle cambiare idea?

(LETTERA FIRMATA, LIVORNO)

Se l'idea è nata dopo aver visto le amiche credo si tratti di una infatuazione passeggera e dell'esigenza, tipica di questa età, di conformarsi al gruppo dei coetanei. Secondo la mia esperienza, un colloquio con un chirurgo plastico che

le illustri anche gli aspetti chirurgici dell'intervento potrebbe farle cambiare idea se la motivazione non è profonda e radicata. Voi potete dirle che, nonostante oggi le protesti siano di alta qualità, non si può dire siano eterne e che, anche se durassero vent'anni, avrebbe di fronte almeno tre interventi chirurgici, un aspetto che spesso le persone molto giovani non considerano ma che deve essere reso noto. Inoltre i gusti a questa età cambiano velocemente, proponete un anno di riflessione, tenete aperta una possibilità. Il divieto assoluto potrebbe portare al risultato opposto.

BENESSERE & SALUTE

DOMANDE & RISPOSTE

TESTATA 07
3 NOVEMBRE 2011

■ Mio marito fuma da vent'anni e ha tentato più volte di smettere di fumare, ma dopo circa un anno abbandona i suoi buoni propositi e ricade nell'abitudine. Vedo che ci mette molta buona volontà ma a questo punto forse non ha la forza di carattere per mantenere la sua decisione. Ha scommesso con me che la prossima volta sarà quella buona, anche perché nostro figlio soffre di asma e non gli fa bene il fumo passivo.
(Alessandra, 45 anni, Pavia)

► Risponde il dottor Fabio Bestetti, primario del reparto di Otorinolaringoiatria e responsabile del Centro antitumo dell'ospedale San Giovanni Bosco di Torino.

Gentile signora, il tabagismo è ormai considerato una vera e propria malattia cronica con tendenze alle ricadute. Secondo l'Istituto superiore di sanità il 90% dei fumatori smette di fumare da solo, senza aiuti specialistici, e nove su dieci di quelli che provano, ricadono in questa forma di dipendenza. Non tutti sanno che per avere successo è necessario avere un aiuto specialistico che associ una terapia comportamentale (con consigli che indicano alimentazione, irritazione e stili di vita) a una, se necessario, farmacologica. I centri contro il tabagismo degli ospedali e delle Asl offrono questi servizi gratuitamente o a fronte di un ticket accessibile. I pazienti vengono dapprima sottoposti ad alcuni test: quello di Fagerstrom valuta il livello di dipendenza dalla

Nostra figlia vuol rifarsi il seno, vorremmo che ci ripensasse



nicotina, quello "motivazionale" offre informazioni sulla fase psicologica in cui si trova il paziente rispetto alle possibilità di impegnarsi per cessare la sua abitudine. A seconda dei risultati di queste indagini, gli specialisti scelgono i trattamenti più idonei. La percentuale di successo è di quasi il 50 per cento.

Uomini, donne e partner, perché scelte diverse?

► Caro dottore, è risaputo che gli uomini vogliono sempre più partner, mentre le donne si accontentano di pochi (ma buoni). Da cosa dipende questa differenza?

(Vincenzo, 33 anni, R. Emilia)

► Risponde il dottor Fabrizio Quattrini, presidente dell'Istituto Italiano di

sessuologia scientifica, Roma
Il fatto che gli uomini possano desiderare più partner dipende anche dal testosterone, ormone che spinge il genere maschile a "proccacciare" più esperienze possibili durante l'intero arco di vita. Le donne invece, sommate dal senso di una biologica prosecuzione della specie si permettono una migliore scelta associata anche a una maggiore sicurezza del "protezionismo". Ecco allora la scelta monogamica. La salvaguardia della maternità e della prole.

Pelle e lieviti di birra? Rimedio della nonna...

► Caro dottore, ho letto che il lievito di birra fa bene alla pelle e ai tessuti in generale, come unghie

e capelli. È vero? E qual è la quantità giusta da assumere?
(Stefania, 43 anni, Pescara)

► Risponde il dermatologo Giulio Franceschini, direttore sanitario di Villa Sabus Medical Skin & Antiaging Center, Perugia.

In realtà il ricorso al lievito di birra è un rimedio più "dieta nonna" che non dei medici. Al contrario è assunto da probiotici e fermenti lattici vivi che si ottengono maggiori benefici e soprattutto con minori effetti collaterali e intolleranze che può causare, in alcuni soggetti, il lievito di birra. Per alcune patologie della pelle, in particolare mi riferisco alla dermatite atopica e all'acne, diverse ricerche hanno dimostrato l'efficacia del *Lactobacillus Gg*, *Bifidobacterium Bifidum* e

Lactobacillus Plantarum.

Se il bambino s'addormenta male

► Ho un figlio di due anni. Tutte le sere il solito problema: è faticamente scollato che stenta ad addormentarsi.
(Manola, 33 anni, Pistoia)

► Risponde Giuseppe Mele, Federazione Italiana medici pediatri, Roma

È una situazione frequente. I genitori devono costruire il "buon sonno del bambino". La chiave sta nella ritualità. Ogni volta una canzoncina, una fiaba, la scelta del pigiama o di un oggetto da portare a letto. Deve dormire nella propria camera, non fra le braccia della mamma. Non dovete

di posizione, espressioni di disagio psicologico. Al piano rispondere con una carezza, dopo aver escluso altre cause. Non accendere le luci, parlare a bassa voce. Temperatura ambiente intorno ai 20°. Meglio che dorma a pancia in su. E non coprirlo troppo.

Chienzo e verdura, un rapporto positivo

► Mia madre, 70 anni, esegue periodicamente cicli di chemioterapia nell'ambito di una neoplasia della mammella. Ho sentito dire che certi tipi di frutta e verdura possono ridurre i disturbi che ogni volta presenta, come perdita d'appetito, alterazioni del gusto, bruciori alla bocca.
(Valeria, 43 anni, Firenze)

► Risponde il professor Maurizio Muscarelli, Università "La Sapienza", Roma.

La dieta mediterranea può avere un effetto positivo in questi casi, migliorando la qualità della vita. Frutti come ribes e more, verdure quali cavoli, broccoli, zucca, ravanelli, sesamo di riga e pomodori contrastano i radicali liberi nell'organismo con un effetto disinfiammante. Inclondono poi sull'insulina riducendo l'aumento di peso, causa frequente di recidive della malattia. Allo scopo d'informare, è iniziato un tour in varie piazze, "il gusto della vita", con un libro, curato da Celigone, con chef e medici che presentano 30 ricette specifiche.