



## Aiuti alla dieta

### PER DIMAGRIRE INIZIA DAL SALATO

Gli alimenti salati aiutano chi è a dieta, perché hanno effetti compensatori sul cervello. A dirlo è un nuovo studio del Centro Medico Beth Israel Deaconess di Boston. I ricercatori hanno scoperto che consumare una zuppa dal gusto umami (in giapponese significa "saporito", ed è caratteristico del glutammato, amminoacido presente in cibi proteici, come carne, formaggio e miso) innesca sottili cambiamenti nel cervello, promuovendo comportamenti alimentari salutari. Risultato: diventa più facile attenersi alla dieta e perdere peso, perché il cervello è più incline a selezionare gli alimenti e regolarsi con le quantità. **M.N.**

## In farmacia

### TEST RAPIDO HIV

È arrivato in farmacia il test rapido sul sangue per scoprire se, a seguito di rapporti sessuali non protetti, si è stati contagiati dall'HIV, il virus dell'Aids. «Si tratta di un autotest acquistabile senza prescrizione medica (costo: 20 €), che rappresenta una novità in quanto fino a poco tempo fa si poteva eseguire solo in ospedale o in laboratorio», spiega il dottor Giorgio Gottardi, ginecologo e direttore del Centro Medico Boscovich di Milano. «Basta pungere il polpastrello e prelevare una goccia di sangue con l'apposito strumento monouso. Dopo 15 minuti la striscia reattiva rivela se sono presenti anticorpi anti-HIV, segno dell'infezione». Se viene usato correttamente il test ha un'attendibilità vicina al 100%. L'importante è attendere il periodo-finestra di tre mesi dal rapporto sessuale. Quanto prima si esegue, tanto maggiore è il rischio di falsi negativi. **R.B.**

1



## Nuove tecniche

### STOP AL SORRISO GENGIVALE CON BOTULINO E FILLER

Nuove tecniche per correggere il gummy smile, il "sorriso gengivale". Viene definito tale quando il labbro superiore, sollevandosi nell'atto di sorridere, scopre eccessivamente le gengive. E si sa che la vista delle mucose gengivali può essere vissuta in modo negativo, specie se queste sono un po' gonfie e con una festonatura irregolare. «Un tempo le star ricorrevano a invasivi interventi di chirurgia maxillo-facciale per armonizzare il sorriso. Oggi, invece, è possibile ricorrere alle infiltrazioni di tossina botulinica, che blocca il muscolo elevatore del labbro superiore», spiega il professor Giuseppe Sito, chirurgo plastico a Napoli, Torino e Milano. «Basta fare due sole microinfiltrazioni sopra la bocca, a destra e a sinistra del naso, per bloccare il muscolo in modo da consentire al labbro superiore di scendere dolcemente fino a coprire le gengive. Il costo è di circa 300 € a seduta e l'effetto dura cinque mesi». È importante sottolineare che la tossina botulinica dev'essere infiltrata da mani esperte a questo tipo di trattamento. Se eseguito male, c'è il rischio di creare un'asimmetria del labbro, che appare un po' storto con un lembo più sollevato dell'altro. Oppure, se si eccede, il labbro superiore può risultare cadente e appiattito. «In alternativa, come dimostra un lavoro compiuto da me e altri tre colleghi che verrà pubblicato a settembre su *Aesthetic Plastic Surgery*, si può iniettare un filler di acido ialuronico biodinamico *Teoxane* (l'unico formulato apposta per assecondare la mimica facciale)», prosegue il professor Sito. «Viene iniettato ai lati delle ali del naso in modo da "appesantire" il muscolo elevatore, ridurne la contrattilità e modularne la sua discesa fino a coprire le gengive». Il filler biodinamico costa 400 €, dura 7-8 mesi e, a differenza del botulino, non comporta rischi. **R.B.**