

## Bellezza batte fumo 1 - 0

L'Assessorato alla Salute si pone come obiettivo primario la promozione della cultura della salute e della prevenzione, attraverso l'informazione e la sensibilizzazione sull'importanza delle sane abitudini e dei corretti stili di vita, e pone particolare attenzione all'universo "Salute-Donna" che rappresenta proprio uno dei punti salienti del programma che si propone di realizzare.

Questo progetto permette di richiamare l'attenzione su un fondamentale concetto: la Salute non si limita ad essere solo "assenza di malattia", ma, come dice l'OMS, è soprattutto uno stato di benessere e di equilibrio psicofisico, concetto che vogliamo venga interiorizzato al fine di creare una nuova coscienza del benessere con il duplice fine di garantire da una parte una migliore qualità della vita e dall'altra un abbattimento delle spese sanitarie.

Ancora una volta la città di Milano riconferma la sua eccellenza ponendosi in primo piano nella lotta contro il fumo e propone un modello volto a creare una stretta collaborazione tra l'Istituzione, il mondo scientifico e le associazioni.

Il progetto "Bellezza batte Fumo 1 - 0", infatti, si propone di combattere il tabagismo lanciando un messaggio positivo: i danni provocati dal fumo alla nostra pelle sono reversibili. In altre parole smettere di fumare ci rende più belle! Le donne fumatrici che vorranno partecipare a questa iniziativa effettueranno un percorso che evidenzierà in modo reale e concreto non solo i danni che il fumo provoca alla loro salute, ma, soprattutto, i benefici di cui, smettendo di fumare, gioverà il loro aspetto.

Attraverso la proposizione di un concetto positivo si raggiunge quindi il risultato di tutelare la salute dei cittadini: ancora una volta Milano è la "Capitale del Benessere".

L'Assessore  
Dott.ssa Carla De Albertis

## Il brutto del fumo.

Il fumo fa male, è risaputo. Specialmente le donne pagano un prezzo più alto: non solo per la loro salute, ma anche per la loro bellezza. Fumare lascia il segno, soprattutto sul viso.

La tipica "smoker's face" di chi fuma almeno da 10 anni è caratterizzata da:

- zampe di gallina e borse sulle palpebre
- guance cadenti
- rughe attorno alle labbra
- pelle asfittica
- colorito diseguale

Insomma, il fumo abbruttisce.

## Il fumo disidrata e spegne il colorito della pelle.

## Il fumo rende la pelle più facilmente irritabile e più fragile.

## Il fumo accelera il processo di invecchiamento cutaneo e favorisce la comparsa delle rughe.

## Ritrovare la bellezza della tua pelle è possibile!

È vero che fumare sciupa la tua bellezza, ma è vero anche che l'invecchiamento della pelle causato dal fumo è reversibile.

Uno dei primi effetti visibili della sospensione del fumo si nota sulla pelle che riacquista un nuovo tono e un nuovo colorito.

Smettere di fumare consente:

- ai tessuti di ricevere più ossigeno
- una diminuzione dei radicali liberi che favoriscono l'invecchiamento e la degenerazione della pelle
- un miglioramento dell'idratazione cutanea

## Come, dove e quando

Il 16, 17, 18 Febbraio in Piazza del Duomo a Milano, presso l'Unità Mobile appositamente allestita dalle ore 11 alle ore 18.30, tutte le fumatrici che intendono smettere di fumare potranno sottoporsi gratuitamente ad una valutazione dell'età biologica della propria pelle effettuata dalle specialiste dell'Associazione Donne Dermatologhe Italia (DDI).

● Questa visita è propedeutica ad un eventuale inserimento nel progetto "Bellezza batte fumo 1 a 0" promosso dal Comune di Milano che comprende un programma individuale per smettere di fumare, controlli periodici della pelle e un supporto dietetico.

● Le candidate, infatti, durante questo percorso saranno seguite da psicologi che le aiuteranno a separarsi dalla sigaretta, da specialisti dell'Istituto Derming di Ricerche Cliniche e Bio-Ingegneria che testeranno i benefici sulla pelle derivanti dall'astensione dal fumo e da dietisti che provvederanno al controllo del loro peso corporeo.

● A tutte coloro che giungeranno al termine del programma con successo, il Comune di Milano consegnerà un attestato durante una cerimonia pubblica.