

STARBENE AL TELEFONO

PRONTO DOC.

a cura di **Alessandro Pellizzari**

**FILO DIRETTO
CON 29 ESPERTI**

Sono a tua disposizione per qualsiasi domanda. Chiamali nei giorni e negli orari indicati, ai numeri di redazione che ti segnaliamo sotto la loro qualifica: la consulenza è gratuita. Vuoi fare una ricerca superveloce? Cerca il fiore del colore legato alle cinque sezioni di *Starbene* (qui sotto trovi la legenda): individuerai a colpo d'occhio l'area di competenza di ogni esperto, dalla psicologia al fitness

**GLI ESPERTI
CON IL BOLLINO
GIALLO VI
RISPONDONO
ANCHE SU
WWW.STARBENE.IT**

-  **Corpo & Mente**
-  **Cibo & Diete**
-  **Salute & Cure dolci**
-  **Beauty & Estetica**
-  **Forma & Fitness**



dottorssa Daniela Bavestrello
psicoterapeuta
esperta di disturbi
alimentari
a Rimini

*** GIOVEDÌ 6 MAGGIO**

Si occupa di psicologia e alimentazione: è infatti esperta in anoressia e bulimia. Allora, se hai (o ha tua figlia) un problema con il cibo, chiamala subito con fiducia. Ti aiuterà a superarlo!
02-70300159
dalle 10 alle 12



dottor Cristoforo Incorvaia
allergologo
presso il CTO
di Milano

*** LUNEDÌ 3 MAGGIO**

È un esperto in allergologia: puoi chiedergli tutto quello che ti serve sapere su asma, riniti da polline, congiuntiviti allergiche e problemi respiratori in genere. Approfittane: è il periodo giusto.
02-70300997
dalle 15 alle 17



professor Carlo Gelmetti
ordinario di
dermatologia
all'Università
di Milano

*** VENERDÌ 7 MAGGIO**

Insegna dermatologia ed è un grande esperto di malattie cutanee e in particolare di dermatite atopica (*leggi a pag. 95*): rivolgiti a lui per ogni dubbio e informazioni sulle nuove cure.
02-70300159
dalle 10 alle 12



dottorssa Magda Belmontesi
dermatologa
esperta di
medicina estetica
a Milano

*** MARTEDÌ 4 MAGGIO**

È docente in dermocosmesi presso la Scuola superiore di medicina estetica di Milano. Dalle maschere ai peeling, dai filler ai nuovi antirughe, rivolgiti a lei se pensi a un ritocchino.
02-70300997
dalle 15 alle 17



L'ESPERTO DEL MESE

dottorssa Cecilia Invitti
endocrinologa all'Istituto
Auxologico di Milano

*** La prevenzione del diabete e le cure ai primi segnali. È il tema della Scheda Donne (a pagina 159) e il nostro consulente è un'endocrinologa esperta in diabetologia: potrai farle le tue domande su come intervenire per evitare o tenere sotto controllo questo disturbo, dalla dieta alla ginnastica giusta, alle nuove cure più efficaci.**

**Risponde il 24 maggio
allo 02-70300159
dalle 15 alle 17**



dottor Rodolfo Tavana
ortopedico e medico
dello sport, Centro
riabilitativo
Physioclinic (MI)

*** MERCOLEDÌ 5 MAGGIO**

Per anni ha curato i campioni del Milan, ed è a tua disposizione per qualsiasi quesito ortopedico o sull'attività fisica. Qual è il tuo sport ideale, come recuperare dopo un trauma: chiamalo.
02-70300159
dalle 13 alle 14,30

STARBENE AL TELEFONO



dottorssa Mariuccia Bucci
dermatologo
plastico
a Sesto San Giovanni (MI)

* LUNEDÌ 10 MAGGIO

Cerchi il cosmetico giusto? La nostra esperta è a tua disposizione per consigli e suggerimenti per la tua bellezza. Rivolgiti a lei anche se hai domande su filler, botulino & Co.

02-70300159
dalle 10 alle 12



dottor Enrico Semprini
ginecologo
a Milano e presso
Villa Flaminia
a Roma

* GIOVEDÌ 13 MAGGIO

È celebre, a livello internazionale, per le sue scoperte sull'Aids, ma è un grande esperto di immunologia riproduttiva. Infertilità, poliabortività e gravidanze a rischio sono i suoi temi.

02-70300159
dalle 15 alle 17



professor Maurizio Marchetti
chirurgo plastico
a Milano,
Università di Pavia

* MARTEDÌ 11 MAGGIO

È il nostro punto di riferimento per la chirurgia estetica. Lifting, liposuzione, seno, rimodellamento del naso, ringiovanimento degli occhi, botulino per le rughe e filler: chiedi il suo parere.

02-70300159
dalle 15 alle 17



dottor Stefano Mattioli
urologo esperto
di laser,
Istituto clinico
S. Ambrogio (MI)

* GIOVEDÌ 13 MAGGIO

È un esperto di laser in urologia (prostata, calcoli) ma non solo. Stenosi dell'uretra, prostatiti e cistiti che non riescono a guarire: lui conosce le cure più aggiornate. Chirurgiche e no.

02-70300997
dalle 15 alle 17



dottor Tiziano Zurlo
resp. Servizio di
otorinolaringoiatria
Humanitas M. Domini
Castellanza (VA)

* MERCOLEDÌ 12 MAGGIO

L'otorino lavora tutto l'anno, perché i disturbi delle vie aeree non conoscono stagione. Dal raffreddore all'otite, dal mal di gola alla sinusite... Chiedi a lui come affrontare questi malanni.

02-70300159
dalle 12,30 alle 14,30



TUTTI I MERCOLEDÌ

dottorssa Carla Lertola
medico specialista in Scienza
dell'alimentazione a Milano

Siamo alla quarta puntata di EX FAT, il reality del dimagrimento (a pag. 65). Le concorrenti sono rimaste in cinque, ma la dietologa che le segue e le fa dimagrire rimane sempre lei: la superesperta Carla Lertola. Puoi chiamarla per sapere tutto sulla nuova dieta, le ricette e anche la versione "per lui".

In esclusiva per Starbene ogni mercoledì dalle 14,30 alle 16
☎ 02-70300159



professor Giovanni Agus
angiologo e
chirurgo vascolare
a Milano

* MERCOLEDÌ 12 MAGGIO

È uno dei massimi esperti italiani di chirurgia vascolare. Vene varicose, angiomi, problemi vascolari ma anche gambe "pesanti", ritenzione idrica e cellulite: lui ti chiarirà le idee.

02-70300997
dalle 15 alle 17

STARBENE AL TELEFONO



dottorssa Rossella Nappi
ginecologa e
ricercatore dell'Univ.
di Pavia Fondazione
IRCCS Maugeri

* GIOVEDÌ 13 MAGGIO

La dottorssa Nappi è un'autorità nel campo della **menopausa**. Se sei vicina o già in questa delicata fase e vuoi toglierti ogni dubbio su sintomi, disturbi e terapie, consultala subito.

02-70300159
dalle 10 alle 12



dottor Fabio Vicinelli
psicosomatista
esperto in
omeopatia
a Milano

* MARTEDÌ 18 MAGGIO

Cura la rubrica *Il corpo non mente* (a pag. 47) ed è uno psicoterapeuta esperto di medicina psicosomatica. Pensi che i tuoi problemi fisici siano causati dalla mente? Chiamalo!

02-70300159
dalle 10 alle 12



professor Piero Barbanti
direttore dell'Unità di
cura delle Cefalee Ist.
S. Raffaele Pisana
Roma

* VENERDÌ 14 MAGGIO

Soffri di mal di testa? Barbanti, neurologo, è un'autorità nel campo delle cefalee. *Leggi a pag. 78* e chiamalo: ti aiuterà a saperne di più sulle origini del tuo disturbo e le cure.

02-70300159
dalle 15 alle 17



dottor Binh Ninh Khuong
medico chirurgo
esperto di medicina
cinese a Milano

* MARTEDÌ 18 MAGGIO

Dietologia orientale, agopuntura, medicina naturale sono i suoi campi d'intervento. Se hai dolori che non passano, sei stressata o vuoi dimagrire disintossicandoti chiamalo. Lui ti aiuterà.

02-70300997
dalle 15 alle 17



dottor Gabriele Traverso
psicoterapeuta
esperto di problemi
di coppia
Alassio (SV)

* LUNEDÌ 17 MAGGIO

Il nostro sessuologo firma *Sesso no problem* (a pag. 49) ed è pronto ad aiutarti nella vita di coppia (e da single). Le cose con lui non vanno? Hai problemi di desiderio? Chiama.

02-70300159
dalle 12 alle 14



dottor Giancarlo Balzano
ginecologo esperto
in cure dolci
a Roma

* GIOVEDÌ 20 MAGGIO

Il dottor Balzano è pronto a consigliarti rimedi omeopatici utili per prevenire e curare i disturbi ginecologici più diffusi (anche in gravidanza e in menopausa), come candida e vaginiti.

02-70300159
dalle 14 alle 16



dottorssa Raffaella Zanardi
psichiatra
Centro dei disturbi
dell'umore, Ospedale
S. Raffaele (MI)

* LUNEDÌ 17 MAGGIO

Ansia, depressione e insonnia sono tra i problemi che può aiutarti a risolvere. Ma può rispondere anche a domande sui farmaci per curare questi disturbi, e su cosa fare se è solo stress.

02-70300997
dalle 15 alle 17



professor Gianfranco Aiello
odontoiatra a
Milano e Salerno,
docente all'Univ.
di Padova

* GIOVEDÌ 20 MAGGIO

È anche presidente dell'Accademia di estetica dentale italiana. Sbiancamento, restauri difficili, chirurgia delle gengive, ortodonzia invisibile, implantologia sono alcuni dei suoi temi.

02-70300997
dalle 15 alle 17

STARBENE AL TELEFONO



Giulia Gambaro
erborista
e naturopata
a Genova

*** VENERDÌ 21 MAGGIO**

La nostra erborista conosce molto bene i benefici delle piante, ma anche le cure dolci più efficaci specifiche per i disturbi femminili. Chiedile le ricette fitoterapiche più adatte a te.

02-70300159
dalle 10 alle 12



dottor
Giovanni Chiarelli
dermatologo
Centro Resnati
Ospedale San
Raffaele (MI)

*** MERCOLEDÌ 26 MAGGIO**

È un esperto in allergie cutanee, pruriti, macchie, irritazioni e dermatiti, anche infantili. Inoltre, gli puoi chiedere notizie sulle ultime cure sull'acne o se puoi eliminare la peluria col laser.

02-70300997
dalle 9 alle 11



dottor
Massimo Saruggia
medico esperto
di omeopatia
e psicoterapeuta
a Milano

*** VENERDÌ 21 MAGGIO**

Utilizza omeopatia e psicoterapia per combattere i disturbi dell'umore (*leggi a pag. 85*). Ma le sue cure dolci ti aiutano anche a curare malattie come allergia e problemi digestivi.

02-70300159
dalle 12 alle 14



dottor
Paolo Bulgheroni
direttore della
Divisione
di pneumologia
Osp. Niguarda (MI)

*** GIOVEDÌ 27 MAGGIO**

L'Ospedale dove il nostro consulente dirige la pneumologia è uno dei Centri di riferimento nazionali per le malattie dell'apparato respiratorio. Polmoniti, bronchiti, asma: interpellalo.

02-70300997
dalle 14,30 alle 17



dottoressa
Norma Cameli
dermatologa
Istituto
dermatologico San
Galliciano a Roma

*** MARTEDÌ 25 MAGGIO**

Hai la pelle sensibile o problemi di acne? Vuoi saperne di più sulle ultime novità cosmetiche? Senti parlare di integratori per la bellezza e non sai se fanno al caso tuo? Lei ti risponderà!

02-70300159
dalle 15 alle 17



dottoressa
Serafina Petrocca
specialista
in Scienza
dell'alimentazione
a Torino

*** VENERDÌ 28 MAGGIO**

Se hai bisogno di perdere chili, chiedile di svelarti i segreti della cucina light, e come si usano condimenti e sapori senza appesantire la tavola e rinunciare ai mille piaceri del mangiar sano.

02-70300159
dalle 15 alle 17



professor
Giovanni Colpi
direttore dell'Unità
di andrologia
Ospedale San Paolo
a Milano

*** MARTEDÌ 25 MAGGIO**

È sempre tra i primi a sperimentare nuove cure (farmacologiche e no) contro l'impotenza. Ma interpellalo anche sull'infertilità maschile, l'eiaculazione precoce, il varicocele.

02-70300997
dalle 15 alle 17



professor
Luigi Ferini Strambi
docente di psicologia
generale all'Università
Vita e Salute
a Milano

*** LUNEDÌ 31 MAGGIO**

Tra i maggiori esperti italiani sui disturbi del sonno, è a tua disposizione per rispondere a tutte le tue domande su insonnia e difficoltà ad addormentarti. Approfitte: chiamalo subito!

02-70300159
dalle 12 alle 14