

Starbene | Bellezza

AFFRONTA ORA LA CELLULITE

Per arrivare all'estate con una silhouette più armoniosa devi metterti subito al lavoro. La medicina estetica ti può venire in aiuto con alcuni trattamenti mirati

di Simona Acquistapace

Nascosta sotto vestiti e collant, la cellulite non va in letargo. Anzi, «in inverno spesso peggiora, a causa della vita più sedentaria, della carenza di ossigenazione, degli indumenti costrittivi», ricorda Lia Lavagno, chirurgo plastico a Milano e Asti. Ma noi trascuriamo il problema, per correre ai ripari solo quando la bella stagione rimette a nudo pelle e magagne. «In realtà, la pannicolopatia edematofibrosclerotica (questa la definizione scientifica della cellulite) non compare in un giorno e non si elimina in due settimane», mette in guardia Maria Gabriella Di Russo, medico estetico a Roma, Formia e Milano. «Va tenuta costantemente sotto controllo: in quanto problema multifattoriale, necessita interventi su più fronti». Comincia subito a fare più attività fisica, segui una dieta equilibrata e metti in agenda ora uno dei trattamenti consigliati dalle nostre esperte: con un ciclo di sedute di 2-3 mesi, potrai avere, in estate, una pelle tutta da scoprire.

1 INTRADERMOTERAPIA: IDEALE PER DRENARE

La mesoterapia, chiamata oggi intradermoterapia distrettuale per sottolineare che si tratta di una pratica di esclusiva competenza medica, consiste nell'iniezione di un farmaco o di un mix di farmaci nel derma, attraverso siringhe con piccoli aghi sottili e molto corti, all'incirca di 4-6 millimetri. Nei confronti della cellulite, si utilizzano soprattutto

farmaci vasoprotettori (per difendere le pareti dei capillari) ed enzimatici (per stimolare il drenaggio), così da favorire il riassorbimento dei liquidi ristagnanti e ripristinare un corretto ricircolo di sangue e linfa.

Come si svolge «Il medico utilizza una siringa con ago singolo e inietta nel derma poche gocce di farmaco. La distanza tra un buco e l'altro deve essere di un paio di centimetri e la zona non va massaggiata», spiega il medico estetico Maria Gabriella Di Russo.

Effetti collaterali «Si possono avere piccoli ematomi nella regione dell'inoculazione a causa della rottura di un capillare durante l'inserimento dell'ago», precisa la specialista. «Il problema può essere antiestetico, ma si risolve in qualche giorno».

Frequenza e costi Il numero delle sedute necessarie varia in base alle caratteristiche della paziente e del suo inestetismo. Il protocollo base è di 1 seduta di mezz'ora a settimana per un totale di 10, a 80-100 € circa l'una.

2 CARBOSSITERAPIA: MOLTO EFFICACE MA FASTIDIOSA

Specifica per microcircolo e stasi linfatica, la tecnica agisce anche sugli aspetti fibrosi della pelle (buccia d'arancia): la *Carbon Dioxide Therapy* (unica riconosciuta dal Ministero della salute), nata in Francia negli anni '30 per il trattamento delle ulcere in quanto favorisce la rivascularizzazione, risulta essere a oggi uno dei trattamenti

più efficaci contro questo inestetismo. Consiste nella somministrazione per via sottocutanea e intradermica di CO₂ (anidride carbonica) medicale, che riattiva la circolazione, richiama ossigeno nelle cellule cutanee, stimola la naturale rigenerazione della pelle, favorisce l'attività delle cellule responsabili della produzione di collagene ed elastina e di conseguenza migliora la qualità della pelle per quel che riguarda tono, compattezza, idratazione, colore e luminosità.

Come si svolge L'anidride carbonica è somministrata attraverso una speciale apparecchiatura computerizzata. La macchina è collegata a una bombola di CO₂ medicale e contemporaneamente a un tubicino che termina con un ago da mesoterapia, mediante il quale si eseguono microiniezioni localizzate. La CO₂ iniettata localmente svolge azione





La diagnosi? La fa il medico

Per fare una corretta diagnosi di cellulite (e della sua gravità), il medico estetico ricorre a una valutazione cutanea, flebologica (stato della circolazione), impedenziometrica e antropometrica (rapporto tra massa magra, grassa e liquidi), posturale (tipo di appoggio del corpo al terreno), ematochimica (esame del sangue). «Anche avere un assetto ormonale equilibrato è importante, perciò in presenza di irregolarità mestruali si consiglia una visita ginecologica o endocrinologica», precisa la dottoressa Gabriella Di Russo.

49

vasodilatatrice, creando maggiore ossigenazione tissutale, aumenta il drenaggio venoso e linfatico e inoltre crea lipolisi, ossia rompe le cellule adipose in eccesso. «Va anche ad agire sugli aspetti fibrosi della pelle, spezzando i setti che danno luogo ai buchini della buccia d'arancia e "lisciando" la pelle», specifica la dottoressa Lia Lavagno, che aggiunge: «In caso di gambe gonfie e dolenti, con zone fredde al tatto, il fastidio cessa già dopo 2 sedute». **Effetti collaterali** Iniettata fredda, l'anidride carbonica provoca una fastidiosa sensazione di bruciore. Ma oggi il problema è stato risolto grazie alla possibilità di portarla a temperature superiori ai 40 °C, rendendo l'inoculazione più rapida e indolore.

Frequenza e costi «Il numero delle sedute e la scelta della zona di applicazione variano da caso a caso. Io consiglio di

cominciare con 2 sedute alla settimana per 2 settimane, per passare poi a una alla settimana, per un totale di 10 sedute», suggerisce la specialista. I costi? Da 100 a 150 € a seduta, che dura circa mezz'ora.

3 ENDERMOLOGIE: LA TECNICA PIÙ SOFT

Odi gli aghi e preferisci una metodica non invasiva? **L'endermologie (LPG)** è perfetta a complemento dei due trattamenti precedenti, ma è efficace anche da sola. Puoi effettuarla dal medico estetico con macchine medicali per un massaggio profondo, oppure dall'estetista, con apparecchiature più soft. **Come si svolge** Consiste nel passaggio ripetuto, dal basso verso l'alto, seguendo le vie linfatiche, di un manipolo con due rulli che eseguono un massaggio

connettivale combinato a una pressione manuale e a un'aspirazione intermittente positiva-negativa. «Una sorta di ginnastica cutanea che consente la ristrutturazione del tessuto connettivo, riattiva la circolazione sanguigna e linfatica, facilita l'eliminazione delle tossine, rimodella il corpo e riduce i volumi (**lipomassage**)», spiega la dottoressa Di Russo. Durante il trattamento, la paziente indossa una tutina speciale. **Effetti collaterali** Nessuno, ma è sconsigliata se soffri di varici.

Frequenza e costi Il protocollo base prevede una seduta di un'ora alla settimana per circa 10 volte, al costo indicativo di 80 € a seduta. «Diffida di prezzi più bassi», mette in guardia la dottoressa Lavagno. «Spesso dipendono dal fatto che la macchina non è recente e quindi non dispone di nuovi protocolli più evoluti». ●