

Benessere

# ENDERMOLOGIE IL MASSAGGIO PLUS

È il trattamento ideale per rilanciare il tuo corpo. Adesso, infatti, serve una "cura" a 360 gradi: anti-grasso, anti-età, anti-ritenzione. Scopri le innovazioni che l'hanno resa ancora più efficace

di Beatrice Serra

**Creata oltre trent'anni fa per trattare diverse patologie mediche e riconosciuta a livello mondiale da 145 studi scientifici, la tecnica endermologie® (LPG®) è anche un rigeneratore beauty.** Sempre più perfezionato, mirato e customizzato contro cellulite, adiposità localizzate, pelle sciupata, che nell'estate 2021 pesano ancora di più. Perché, diciamola tutta, stessate dalla situazione generale, dai mesi passati in casa e dalle palestre chiuse, il nostro benessere qualche colpo lo ha subito. Ma pure sul fronte "sentirsi e vedersi meglio" **LPG** è un booster di nuovi benefici. Ne abbiamo parlato con il dottor Pasquale Saggese, biologo, fisioterapista e responsabile formazione **LPG** Académie Italia.

**1 Le novità**  
**Endermologie** è una tecnica di massaggio profondo meccanico, svolto attraverso un manipolo guidato da un operatore. Nelle apparecchiature di ultima generazione **Cellu M6 Alliance** il manipolo è formato da un rullo e un'alletta combinati con aspirazione sequenziale che, agendo in simultanea, permette una du- →



GETTY

Starbene 65

095140

## Benessere

→ plice stimolazione, verticale e orizzontale, del tessuto connettivo (derma e sottocute). Si tratta, quindi, di un drenaggio linfatico meccanico simile a quello manuale, ma più profondo ed efficace.

### 2 Come funziona

L'apparecchiatura si muove su più livelli, per effetto di due azioni. La prima lavora sull'epitelio (il tessuto che riveste i vasi sanguigni) e fa sì che questa "dogana" tra il sangue e i tessuti raccolga a livello venoso e linfatico l'acqua che altrimenti ristagnerebbe. La seconda stimola i tessuti in profondità, agendo direttamente sugli adipociti e sui fibroblasti, per riattivare rispettivamente l'eliminazione naturale degli accumuli adiposi e per spingere il derma a produrre nuovo collagene, acido ialuronico ed elastina.

### 3 I risultati

LPG non "tratta" solo un inestetismo, ma è un percorso globale di rimodellamento e rassodamento. È una "terapia" multitasking: i tessuti si svuotano di liquidi, la circolazione migliora e la cellulite s'attenua. Nello stesso tempo, si riducono le adiposità localizzate e resistenti a dieta e attività fisica su braccia, cosce, fianchi, addome, e la pelle diventa più compatta e

### PER UN EFFETTO SLIM AMPLIATO

**Nell'ottica meno centimetri, LPG dà risultati migliori se viene associata a una dieta con poco sodio e tanta frutta e verdura (aiuta a smaltire acqua) e all'attività fisica (se dopo la seduta, si va in palestra si bruciano subito i grassi drenati). Info su endermologie.com, dove trovi anche il centro qualificato più vicino a te.**

levigata. Si perdono centimetri (con risultati visibili dalla terza seduta), e ci si sente più leggera e toniche.

### 4 Le differenze con il massaggio classico

La potenza è maggiore. Il manipolo agisce come una super mano in grado di fare un massaggio connettivale più performante di quello manuale: funziona con intensità uniforme per tutta la durata del trattamento; la vibrazione della testina del manipolo s'estende anche alle zone circostanti, con un'azione drenante tre volte più efficace; il tempo di trattamento è dimezzato rispetto alla tecnica manuale. In più, non c'è il rischio di sbagliare: la forza del massaggio è regolabile a seconda del tipo di pelle, e l'apparecchio si parametrizza sempre sul valore standard scelto.

### 5 Dove, come e quando si può fare

In tutto il corpo, eccetto viso, décolleté e mani da trattare con un'endermologie specifica. Le singole sedute variano dai 15 ai 40 minuti (prezzi di circa 2,5 €/min.) in base al problema, per cicli mediamente di 8-12. Con un primo mese d'urto: 8 trattamenti, 2 alla settimana; il secondo mese, due sedute; il terzo, una o due appuntamenti a seconda del pacchetto scelto. In linea di massima, per cellulite o adiposità, dopo un primo ciclo conviene smettere per qualche mese per dare tempo al metabolismo cellulare di resettarsi; contro la pelle rilassata, invece, si può fare una seduta di mantenimento anche una volta al mese, per tutto l'anno.

### 6 Le controindicazioni

Poche, le stesse del massaggio manuale. No se si hanno problemi di coagulazione, angiomi e nei in rilievo, cicatrici o la pelle facile ai lividi. Invece, se ci sono capillari evidenti - segno che sono sfiancati, ma non fragili - LPG potrebbe migliorare la situazione. E in gravidanza, si può fare solo alle gambe.

### 7 I benefici extra

LPG allevia le tensioni muscolari, elimina lo stress e contribuisce a una profonda sensazione di relax; è una cura detox: pulendo l'organismo dalle tossine, riossigena, e dona sprint e benessere.

