

CELLULITE, E' IL MOMENTO GIUSTO PER COMBATTERLA DAVVERO

«Il punto di partenza, comune a tutte le forme, consiste in un'alterazione del microcircolo del tessuto sottocutaneo», spiega Maria Gabriella **Di Russo**, medico estetico. «Errori comportamentali, di igiene di vita e alimentari, fattori vascolari, squilibri ormonali e alterazioni metaboliche possono essere cause predisponenti o scatenanti, di tipo genetico o acquisito. In ogni caso, la panniculopatia-edematofibro-sclerotica, detta comunemente cellulite, per ogni donna è un cruccio, un vero problema».

La diagnosi è fondamentale

«L'intervento del medico è necessario per formulare una diagnosi puntuale. Avvalendosi di un'ottima anamnesi e di una accurata visita con plicometria o impedenziometria, si è in grado di valutare il grasso sottocutaneo, la quantità di massa magra oltre che la quantità di acqua intesa come indice di ritenzione. In casi particolari si può richiedere una valutazione doppler o ecografica. Periodicamente, poi, è utile monitorare gli ormoni tiroidei ed estrogenici, oltre che eseguire un esame completo del sangue per escludere disturbi come diabete, epatopatie, sovrappeso, dislipidemie».

Ma si può "sconfiggere"?

«Può essere contrastata e ridotta nelle sue manifestazioni più antiestetiche se si ricorre a soluzioni diverse, mirate e personalizzate, che vanno dalla correzione degli errori alimentari e comportamentali, all'applicazione di più terapie, aiutandosi anche con prodotti fitoterapici, omeopatici e integratori», continua la dottoressa **Di Russo**. «Il trattamento deve avvenire a più livelli, non è sufficiente una singola terapia, ma è necessario un mix di tecniche. Medico e paziente devono allearsi e collaborare: solo così si possono ottenere buoni risultati».

Si affronta a 360 gradi

«I trattamenti anticellulite sono molteplici, dai più semplici ai più sofisticati. Per prima cosa, è importante seguire una dieta equilibrata. L'alimentazione corretta va affiancata ai trattamenti medici adatti al singolo caso, da effettuare all'inizio ogni settimana, poi ogni quindici giorni e infine mensilmente come mantenimento. Così si ottengono risultati visibili, senza stressare la paziente ma, soprattutto, il suo organismo. Migliora la microcircolazione cutanea nelle aree interessate, le zone colpite dalla cellulite perdono centimetri e la qualità dei tessuti migliora. Non vanno dimenticate le terapie di mantenimento a base di fitoterapici, creme, integratori e antiossidanti, da effettuare nei periodi di pausa tra un ciclo di trattamenti e l'altro».