

DONNA
MODERNA.COM

Cerca...



ABBONATI ▾

Starbene.it

L'ABITUDINE AL TUO BENESSERE



CELLULITE, I CONSIGLI DEL MEDICO. IL PRIMO STEP? CONOSCKERLA BENE

giugno 5, 2014



Un tempo considerata un semplice problema estetico, oggi la **cellulite** viene trattata come un vero fenomeno patologico poiché consiste nella progressiva alterazione chimico-fisica dei pannicoli adiposi sottocutanei.

«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 estroprogestinici, 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».

LA CURA DEVE ESSERE SEMPRE SU MISURA

«Non c'è una donna uguale all'altra e quindi ogni cellulite è diversa. I trattamenti vanno studiati su misura, tenendo conto delle particolarità di ogni paziente», dice la dottoressa [Di Russo](#). «Non ci si può rivolgere al medico dicendo "ho la cellulite, voglio fare la mesoterapia, come la mia amica" oppure "dottoressa mi consigli una buona crema" o ancora "tra una settimana parto per il mare, la prego mi faccia qualsiasi trattamento purché veloce"».

OCCHIO ALLE SCARPE

Se il tuo appoggio a terra è viziato da difetti dei piedi (piatti o cavi), la cellulite peggiora, perché la circolazione del sangue è rallentata. In questo caso valuta con il medico se e come intervenire per correggere la postura. **Evita le ballerine e le scarpe piatte** e scegli invece modelli con 3-4 cm di tacco, che facilitano il ritorno del sangue.

Categoria **BENESSERE** cellulite

Tag cellulite



Autore: redazioneweb

[Vedi tutti i post di redazioneweb](#) →

[← Precedente](#)

**FESTIVAL NATUROLISTICA, NEL
PIACENTINO TRA MEDICINA NATURALE E
ALIMENTAZIONE SANA**

Lascia un Commento

L'indirizzo email non verrà pubblicato. I campi obbligatori sono contrassegnati *

Nome *

Email *

Sito web

Commento