



In primo luogo è importante fare una distinzione fra **cellulite** e **adiosità localizzata**.

Infatti l'**adiosità localizzata** non è altro che un aumento in numero e in volume degli adipociti, cioè le cellule adipose localizzate nello strato più profondo della pelle, l'ipoderma. Quindi nel caso di un'adiosità localizzata non c'è alcuna disfunzione dermica o ipodermica, ma semplicemente un aumento degli adipociti e conseguente ispessimento del pannicolo adiposo.

La cellulite è invece un'altra cosa: è una vera e propria disfunzione. Disfunzione che non colpisce solo l'ipoderma ma anche il derma sovrastante e va incontro progressivamente ad alterazioni percepibili al tatto. Per conseguenza anche l'epidermide - che è lo strato più superficiale della pelle - subisce trasformazioni visibili ad occhio nudo. Il termine "cellulite", seppure accettato da tutti, è scorretto dal punto di vista etimologico, perché questa parola indica un'inflammazione acuta delle cellule, che invece non c'è proprio. Manca infatti qualsiasi reazione infiammatoria a livello cellulare, pertanto il suffisso "ite" è fuori luogo. Altre definizioni sono invece più complete e più aderenti alla reale situazione istologica. Ne cito una, coniata dal professor Sergio B. Curri - che ha studiato a fondo questo disturbo - "pannicolopatia edemato-fibrosclerotica". Questo nome, piuttosto complicato, dà tuttavia una descrizione completa ed esauriente del quadro clinico:

"*Pannicolopatia*" indica che il problema è situato a livello del pannicolo adiposo.

"*Edemato*" informa che a livello del derma, dove c'è il sistema circolatorio sanguineo e linfatico c'è una situazione di edema - cioè un ristagno di liquidi - presumibilmente dovuto a cattiva circolazione.

Infine "*fibro-sclerotica*" segnala che sempre a livello del derma, stanno avvenendo fenomeni di organizzazione fibrosa che porteranno nel tempo alla sclerotizzazione - cioè all'indurimento - del derma, dando forma ai caratteristici noduli, sensibili al tatto, che producono l'inconfondibile aspetto della pelle detto "a buccia d'arancia", o meglio "trapuntata", perché presenta numerosi piccoli avvallamenti che si possono osservare anche a occhio nudo, sollevando fra le dita una plica cutanea e comprimendola. Questo aspetto comunque lo si voglia definire, è dovuto quindi alla presenza e alla consistenza delle fibre che, oltre a distorcere la trama del tessuto dermico, provocano anche dolore.

Cause e modificazioni

Quali modificazioni avvengono nel corpo di una persona, nella profondità dei tessuti, (ipoderma e derma)?

Dicevamo che in primo luogo si avrà un aumento in numero e in volume degli adipociti, si andranno a modificare sia la microcircolazione sanguinea e linfatica, (i capillari trasudano la parte acquosa del sangue, il plasma si va ad accumulare tra le cellule grasse formando un edema localizzato), sia il tessuto connettivo, cioè l'insieme di fibre elastiche, fasci di collagene e acido ialuronico che sono la struttura di sostegno della pelle.

A questo punto gli adipociti si gonfieranno e verranno intrappolati dalle fibre connettivali. I tessuti subiranno un'alterazione diventando fibrosi e con il tempo si sclerotizzeranno. In seguito si verranno a formare i noduli, poiché scorie e grasso non verranno più smaltiti attraverso il sistema linfatico e il sistema sanguineo.

La cellulite è uno dei pochissimi inestetismi che accomuna quasi tutte le tipologie femminili, vi capiterà spesso di vedere persone magre o sportive che ne sono colpite esattamente come persone pigre o rotondette. La parte bassa del corpo femminile è la più interessata e con l'insorgere della cellulite si presentano altri problemi, quali l'insufficienza venosa la quale causa "**ritenzione idrica**", con conseguente pesantezza, stanchezza e gonfiore alle gambe e alle caviglie. La ritenzione idrica, infatti è un accumulo di liquidi nei tessuti (edema) che ostacola il normale funzionamento delle cellule, alterandone le funzioni. Ne segue un rallentamento della circolazione sanguinea, che favorisce il travaso di liquidi dai capillari venosi e linfatici nel derma con ulteriore peggioramento della ritenzione idrica: il tessuto diventa congestionato e, nel tempo, l'accumulo di liquidi nel derma va ad influire inevitabilmente anche sulle condizioni del tessuto adiposo. Le cellule adipose entrano in uno stato di sofferenza metabolica e, con il tempo, vanno incontro ad una degenerazione che evolve in cellulite. Si determina così un circolo vizioso.

Più fattori sono all'origine della comparsa della cellulite. Non essendo tutte le donne uguali di fronte a questo fenomeno, è certo che la combinazione di alcuni di questi fattori costituisce un elemento aggravante per la sua comparsa ed evoluzione.

Il fattore ormonale:

Nella donna, i tessuti cutanei sono particolarmente sensibili alle variazioni ormonali legate ai vari eventi della vita genitale. In effetti, gli ormoni femminili (estrogeni e progesterone) stimolano lo sviluppo delle cellule adipose e controllano la ritenzione di acqua e sodio. Le fasi di pubertà, gravidanza, allattamento, menopausa, rappresentano delle "età chiave" per l'apparizione della cellulite. La cellulite infatti, colpisce le donne otto volte più degli uomini, per cui l'eccesso di estrogeni ha sicuramente un ruolo scatenante. Tuttavia, benché la relazione di causa/effetto sia certa, non è ancora chiaro come questa attività ormonale produca la trasformazione cellulitica delle fibre dermiche.

Il fattore ereditario:

Tale madre, tale figlia! Quel che è certo è che i fattori ereditari hanno un'influenza sul numero degli adipociti e sulla loro ripartizione.

Il fattore digestivo:

Una cattiva assimilazione dei lipidi, glucidi e protidi, come anche la stitichezza cronica, costituiscono un freno per l'eliminazione di prodotti di scarto e di tossine.

Lo stile di vita:

Un'alimentazione squilibrata o troppo ricca, comporta una disfunzione del metabolismo.

-la *sedentarietà*, può favorire l'apparizione di una riserva adiposa.

-lo *stress*, il *sovraccarico* e la *depressione*, possono incidere notevolmente sul sistema neuro-ormonale che controlla il metabolismo dei grassi.

Quindi a secondo dello stadio di evoluzione si possono distinguere tipi di cellulite:

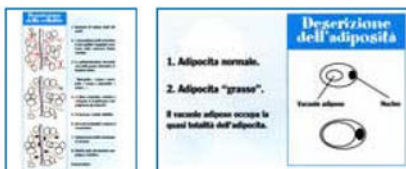
La cellulite adiposa è molle e non dolorosa al tatto. Diffusa su anche, glutei, cosce, addome o braccia, è legata a una diffusa sovrabbondanza di grassi.

La cellulite edematosa o acquosa è morbida al tatto e si diffonde nelle parti inferiori del corpo. E' spesso associata a problemi circolatori, in quanto comprimendo i vasi sanguinei, le fibre di collagene densificate provocano la ritenzione dei liquidi e delle tossine con conseguente edema e gonfiore.

La cellulite fibrosa è dura al tatto, un po' violacea e dolorosa. Presente a livello di cosce, glutei e ginocchia, corrisponde all'ultimo stadio di formazione della cellulite.

Come abbiamo visto cellulite e adiosità non hanno le stesse caratteristiche e richiedono ciascuna soluzioni diverse. Tuttavia spesso cellulite e adiosità sono associate. In tal caso il grasso si instaura nelle zone in cui la cellulite esiste già.

Ricapitolando: la cellulite ed il grasso si formano nel tessuto adiposo dell'ipoderma. Il grasso riguarda soltanto gli adipociti, mentre la cellulite colpisce tutti i componenti del tessuto adiposo: vasi linfatici e sanguinei, nervi, fibre, cellule, adipociti, sostanza fondamentale.



Ciò spiega come mai seguendo una dieta il grasso si riduce, mentre la cellulite non scompare mai spontaneamente e resiste alle diete.

A seconda delle origini e della fase evolutiva della cellulite, predominerà un particolare tipo di inestetismo rispetto ad un altro ed è qui che è importante stabilire la modalità d'intervento, il trattamento mirato, personalizzato, il prodotto, la tecnologia, per ottenere risultati concreti e duraturi, atti a ristabilire una buona funzionalità biologica, metabolica ed energetica del corpo.

Nelle strategie anticellulite non possono mancare suggerimenti alimentari mirati a contrastare questo inestetismo che deve essere trattato in maniera integrale. Intraprendere una dieta è sempre disagiata, in quanto, inibire uno stimolo naturale come la fame comporta sacrifici. Per fortuna nel trattamento della cellulite si avrà un mutamento delle proprie abitudini alimentari, senza grandi restrizioni.

L'alimentazione è la grande sorgente energetica del nostro organismo.

Ciò che introduciamo nel nostro corpo può essere messo in relazione con la nostra esistenza in toto.

Ogni alimento o bevanda che "entra" nel nostro corpo è destinato a diventare una parte di noi, della nostra materia dei nostri pensieri, e della nostra anima. Ogni elemento ingerito, infatti, ci modifica, ci costruisce o ci distrugge, cioè agisce e subisce un processo di trasformazione.

Un'alimentazione mal equilibrata disturba l'equilibrio yin-yang del nostro organismo determinando una riduzione progressiva della vitalità, accelerando la degenerazione cellulare e provocando disturbi vari fino a portare alla malattia vera e propria. L'organismo è quotidianamente esposto ad agenti "intossicanti" che ne alterano l'equilibrio, provocando nel suo interno disagi che, se trascurati, si manifestano con disarmonie anche dell'aspetto fisico.

Dopo il riposo invernale, anche il nostro corpo ritorna a nuova vita. Sostenerlo nel suo processo di purificazione o depurazione è il minimo che una persona attenta alla propria salute e alla propria bellezza possa fare per se stessa.

Gli alleati per contrastare la cellulite che lo studio "IL CENTRO" offre sono molteplici.

Una sinergia d'azione di conoscenze, manualità, tecnologia ed elevata qualità dei principi attivi utilizzati concorrono al raggiungimento degli obiettivi prefissati.

Oggi disponiamo di una varietà di trattamenti, molti dei quali estremamente validi, accumulati da un'unica parola d'ordine: **sinergia d'azione**.

Le sinergie corpo anticellulite per ridurre, modellare, rassodare, sostenere, scolpire le forme.

Fra le tecniche manuali noi individuiamo essenzialmente:

Il drenaggio linfatico "metodo dott. Vodder": combinazione di diversi gesti armoniosi e precisi, che vengono effettuati lentamente e ripetitivamente seguendo il percorso del sistema linfatico. Provocando l'accelerazione del flusso linfatico verso i gangli o stazioni linfatiche. Questa tecnica favorisce l'eliminazione degli scarti del metabolismo cellulare e stimola la circolazione sanguinea per favorire una migliore nutrizione cellulare, alleggerire ed eliminare il gonfiore o edema e la pesantezza delle gambe.

La digitopressione: questa tecnica consiste in un insieme di pressioni praticate con i polpastrelli su punti energetici, ha come obiettivo la stimolazione, il drenaggio e l'attivazione degli scambi cellulari.

Il massaggio connettivale riflessogeno: questa manovra di mobilizzazione della pelle esercita una doppia azione, tessutale e circolatoria che alleggerisce, rigenera e tonifica il corpo riattivando la microcircolazione.

Metodo "HENRI CHENOT": un vero percorso di riequilibrio a livello energetico, biologico con riflessi sul processo metabolico. Il metodo si basa sul principio che il corpo è un sistema perfettamente integrato e funzionante. Ogni organo ed elemento sono in stretta relazione, il rallentamento o il malessere (vedi cause) di uno di loro influirà inevitabilmente sull'andamento degli altri. Vi sarà una risonanza sull'intero sistema corpo, portando così ad un disequilibrio che inevitabilmente porterà al manifestarsi di un disagio fisico, psichico, animico che si evidenzierà anche attraverso l'inestetismo. Dopo un'accurata anamnesi della persona viene stilato un programma d'intervento personalizzato con la finalità di ristabilire una ottimale relazione nel sistema attraverso il lavoro corporeo. Ne conseguirà un benessere generale e il modellamento del corpo nella sua totalità.

Le sinergie tecnologia, manualità e principi attivi di alta qualità

Panthermal: un alleato indicato per diverse funzioni e benefico nel trattamento della cellulite, l'azione detossinante svolta dal vapore combinato all'ozono, aiuta a rimuovere le tossine, ridurre le tensioni muscolari e nervose. Inoltre prepara la pelle a ricevere una combinazione personalizzata di oli essenziali che verranno nebulizzati successivamente l'emissione di ossigeno puro, il quale andrà ad ri-ossigenare e ri-vitalizzare cellule e tessuti. Filamenti di acqua fresca avvolgeranno il corpo stimolando la microcircolazione, riportando la temperatura corporea ad uno stato ottimale.

Ultrasuono: gli ultrasuoni sono una corrente a bassa frequenza, agiscono indebolendo la struttura del tessuto cellulitico, in particolare la membrana degli adipociti. Il micro massaggio tessutale, la produzione locale di calore e l'intrinseco effetto drenante producono fenomeni di dissociazione molecolare e contribuiscono al progressivo scioglimento del nodulo di cellulite. Allo stesso tempo si osserva un'attivazione della circolazione venosa e linfatica. Seguirà un massaggio drenante e di riequilibrio energetico.

Elettrostimolazione: ben 10 programmi tra i quali muoversi per scegliere il trattamento ideale per lo snellimento, la

cellulite, il drenaggio, la lipolisi, il rassodamento, la tonificazione tessutale e/o muscolare. Si prevedono 4 canali di elettrostimolazione che consentono il posizionamento di un numero elevato di elettrodi con dimensioni diverse a seconda dell'area interessata al trattamento.

Presso terapia: tecnica di drenaggio estetico meccanico e pneumatico, utilizza elementi a gonfiaggio che producono un massaggio lento e profondo lungo gli arti inferiori e nella zona addominale. Le variazioni di pressione esercitate provocano un effetto di pompaggio che accelera il trasferimento della linfa verso il sistema venoso favorendo l'eliminazione delle tossine. La sensazione di benessere sulle gambe è immediata. Il gonfiore gradualmente scompare, l'aspetto a buccia d'arancia attenuato, il rimodellamento del corpo è assicurato

Gli impacchi: avvolgimenti e cataplasmi caldi con alghe marine altamente selezionate. Ricche di oligoelementi rimineralizzanti per regalare al corpo una sferzata di freschezza e vitalità, un'alta concentrazione di iodio che contribuirà a drenare l'eccesso di liquidi, favorendo il ringiovanimento dell'epidermide, eliminando lo spiacevole senso di pesantezza e ad affinare il pannicolo adiposo.

IL CENTRO ESTETICA e BENESSERE di Nadia Muffatti

Piazza Caduti per la Libertà, 18 - Morbegno

