

salute & benessere

Effetto buccia d'arancia:

cellulite e adiposità localizzata possono essere contrastate correggendo le abitudini di vita e realizzando trattamenti specifici

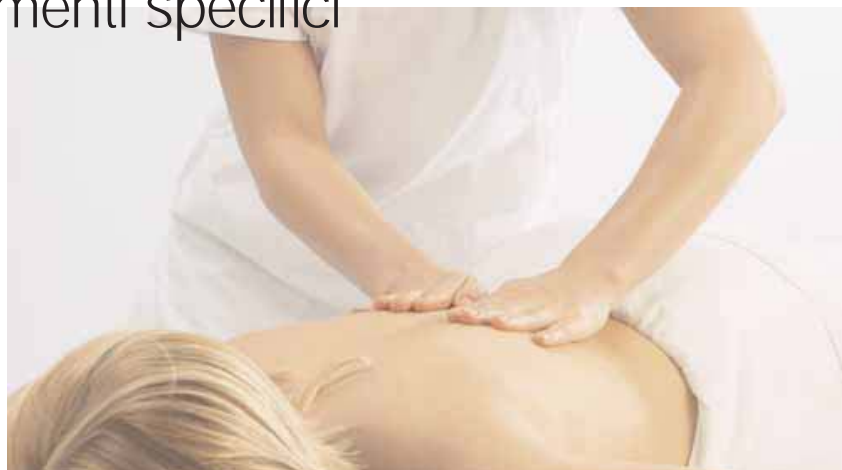
Dott. Piero Notarrigo

*Fisiatra - Docente della Scuola Internazionale di Medicina Estetica della Fondazione Internazionale Fatebenefratelli
Direttore: Prof. Carlo Alberto Bartoletti*

Con l'avvicinarsi delle vacanze estive, veniamo bersagliati dalla pubblicità sugli effetti migliorativi di cosmetici, integratori alimentari, trattamenti estetici nei riguardi della cosiddetta "cellulite". Il problema che subito si pone è come giudicare in modo critico questi messaggi al fine di avvicinarsi al trattamento più idoneo ed efficace per il proprio inestetismo. Partiamo comunque cercando di capire che cos'è questo antipatico problema.

Un problema di cattiva circolazione

La "cellulite" è un'affezione che interessa prima di tutto la microcircolazione di passaggio tra i capillari arteriosi e venosi. Il rallentamento del flusso del sangue determina un aumento della permeabilità della parete dei capillari con formazione di liquido che si accumula nel tessuto sottocutaneo. Tale raccolta di liquido determina uno stimolo alla produzione e deposizione disordinata di fibre collagene ed elastiche che col



tempo circondano gruppi di cellule adipose dando luogo alla formazione di micro-macronoduli. Ecco che allora siamo già in grado di capire che la causa principale della "cellulite" consiste in un rallentamento della circolazione del sangue a livello del microcircolo e che tale situazione porta ad un'alterazione del tessuto adiposo sottocutaneo che a sua volta determina il caratteristico aspetto a "buccia d'arancia".

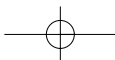
L'adiposità localizzata

Spesso la "cellulite" viene confusa con l'adiposità localizzata che consiste essenzialmente in un accumulo di tessuto adiposo (strutturalmente normale) in alcuni distretti del corpo, quali cosce, glutei, fianchi,

ginocchia e braccia. Tale disposizione di tessuto adiposo rappresenta un carattere secondario del sesso femminile in relazione all'azione degli ormoni femminili (estrogeni) ed alla silhouette ereditata dai genitori. Spesso la "cellulite" e l'adiposità localizzata "coabitano" nella stessa persona, però è bene differenziarle in quanto i trattamenti di Medicina Estetica tendenti a migliorare questi inestetismi sono diversi.

I fattori predisponenti e favorenti

I fattori predisponenti alla cellulite sono rappresentati dalla razza bianca e dalla familiarità per l'insufficienza veno-linfatica degli arti inferiori, quindi chi ha genitori che hanno sofferto di



varicosità e/o emorroidi, ha un maggiore rischio di avere un rallentamento della circolazione del sangue tra capillari arteriosi e venosi, quindi, di conseguenza, può manifestare il problema "cellulite".

I fattori favorevoli che possono aggravare la stasi del microcircolo e la difficoltà al ritorno venoso del sangue, consistono in alterazioni posturali, stipsi, alterazioni endocrine, sovrappeso, gravidanza, contraccettivi orali, errori comportamentali e di igiene di vita. Tali errori possiamo individuarli in un'alimentazione squilibrata, nell'assunzione eccessiva di sale, nell'abuso di alcool, nel fumo, nella sedentarietà e nell'abbigliamento irrazionale (abiti troppo stretti a livello delle cosce e del bacino).

I quattro stadi

La cosiddetta "cellulite" viene classificata in quattro stadi evolutivi evidenziati con l'esame ecografico del tessuto adiposo sottocutaneo. Nel primo e secondo stadio, all'ispezione la cute appare normale ed alla palpazione profonda degli arti inferiori è possibile avvertire una modica dolabilità. Nel terzo e quarto stadio, si evidenzia il caratteristico aspetto "a buccia di arancia" dovuto al fatto che i tralci fibrosi che si sono formati nel tessuto adiposo, a causa del lungo tempo in cui vi è stato edema, tirano la cute verso l'interno tanto che l'aspetto della pelle viene anche detto "a materasso". In tale stadio la cute è assottigliata e allo sfioramento si avverte l'irregolarità della sua superficie dovuta anche alla presenza di micro-macronoduli che spesso sono dolorosi sia spontaneamente che in seguito alla compressione.

Un caso particolare è rappresentato dalla cosiddetta "falsa cellulite" conseguente ad un rilassamento cutaneo per scivolamento distrettuale del connettivo sottocutaneo, favorito dalla forza di gravità, dovuto

a dimagrimenti rapidi ed eccessivi, ipotonia muscolare distrettuale, precedenti trattamenti estetici errati.

Cosa fare in caso di adiposità localizzata

Vediamo ora di passare in rassegna quelli che sono i trattamenti ormai accettati in campo scientifico per ridurre l'adiposità localizzata.

I trattamenti sono finalizzati essenzialmente alla riduzione dell'eccesso di tessuto adiposo per mezzo di procedimenti consistenti nella rottura delle cellule adipose:

- **I. L. C. U. S. (idrolipoclasia ultrasonica)**, consiste nell'utilizzo di ultrasuoni a 3 Mhz di frequenza, i quali si possono considerare delle vibrazioni elastiche che nel tessuto adiposo esercitano un'azione di rottura delle cellule adipose con liberazione del loro contenuto in trigliceridi che poi si raccolgono nel sistema linfatico e quindi nel sistema venoso. In parte vengono eliminati con le urine ed in parte vengono metabolizzati dal fegato. Per accelerare la loro ossidazione, si inietta nelle zone da trattare Carnitina. Le aree che si possono trattare sono le regioni peritrocanteriche (le anche), i fianchi e la parte interna delle ginocchia. Con una matita dermatografica si delimita la zona di adiposità localizzata da trattare e qui viene iniettata soluzione fisiologica utilizzando degli aghi della lunghezza di 6-8 mm. Successivamente si cosparge la zona da trattare con un gel conduttore e si procede muovendo lentamente la sonda su tutta la zona infiltrata.
- **la liposuzione** che consiste in un intervento chirurgico di rimozione attraverso l'aspirazione con una microcannula del tessuto adiposo in eccesso.

- **mesoterapia:** un trattamento di scissione chimica dei grassi, attraverso l'infiltrazione nel tessuto sottocutaneo di farmaci lipolitici.

I trattamenti per la "cellulite"

Per quanto riguarda la cellulite, i trattamenti avranno la finalità di migliorare il microcircolo e di rimuovere l'edema per cui oltre ad una cosmetica coadiuvante, si potranno ottenere buoni risultati tramite:

- **l'elettrostimolazione muscolare e l'attività fisica** finalizzati ad aumentare il tono-trofismo muscolare particolarmente utili anche nella cosiddetta "falsa cellulite",
- **il drenaggio linfatico manuale secondo Wodder**, una metodica manuale finalizzata al deflusso dei liquidi in eccesso a livello del tessuto sottocutaneo: il trattamento è piacevole e delicato,
- **la intradermoterapia distrettuale** che consiste nell'inoculazione nello spessore della pelle, di piccole dosi di un farmaco venotropo della Farmacopea Ufficiale opportunamente diluito.

Più recentemente ha trovato la validazione scientifica **l'Endermologie®**, che nel 1998 ha ricevuto dalla F.D.A. (Food and Drug Administration) americana il riconoscimento di primo dispositivo medico in grado di ridurre la "cellulite" in modo non invasivo. Si tratta di un trattamento piacevole e rilassante che si avvale di un dispositivo meccanico computerizzato che consente di realizzare una plica cutanea, più o meno ampia, espressione di una duplice azione di aspirazione-trazione. Tale trattamento è finalizzato a migliorare la microcircolazione artero-venosa e linfatica, ad incrementare il tono e l'elasticità cutanea e a migliorare in generale la silhouette. ●

