

## Cellulite, i 10 trattamenti di medicina estetica più efficaci

Maria Gabriella Di Russo, Docente di medicina estetica al Master dell'Università di Pavia, risponde in merito alle soluzioni più indicate per migliorare la pelle "a buccia d'arancia"

di IRMA D'ARIA

### Lo leggo dopo

SONO circa 24 milioni le donne italiane colpite dalla cellulite, una vera e propria patologia di cui esistono ben 29 tipologie diverse e che è davvero difficile sconfiggere del tutto, specie quando la si affronta in ritardo. Ma, anche se alla prova costume manca poco, c'è ancora qualcosa che si può fare per correre ai ripari. L'importante è scegliere il giusto trattamento medico che, partendo da una diagnosi accurata, sia in grado di risolvere o quanto meno migliorare l'aspetto della fastidiosa "buccia d'arancia". Seguendo un'alimentazione equilibrata ma soprattutto normoproteica, affiancata dal trattamento idoneo al singolo caso, con frequenze monosettimanali per alcune sedute, poi quindicinali, fino a mantenimenti mensili si ottengono risultati visibili, senza stressare l'organismo ma con evidenti miglioramenti della microcircolazione cutanea nelle aree interessate, una riduzione dei volumi e delle circonferenze ed un generale miglioramento della qualità dei tessuti. Abbiamo chiesto a Maria Gabriella Di Russo, Docente di medicina estetica al Master dell'Università di Pavia, di illustrarci quali sono i trattamenti di medicina estetica più efficaci per combattere la cellulite.



### Analisi della composizione corporea (impedenziometria)

È la metodica di diagnosi più accurata. Determina la composizione corporea misurando l'impedenza (bioresistenza) corporea con una corrente innocua di bassa intensità che attraversa tutto il corpo. Misura la resistenza incontrata dalla corrente nel corpo. Si applicano degli elettrodi sul polso e sulla caviglia di destra che sono a loro volta collegati mediante cavetti allo strumento misuratore. S'inseriscono i dati del paziente: sesso, età, peso ed altezza nel computer che elabora i seguenti parametri:

- % di grasso corporeo
- Kg. di grasso
- Kg. di magro
- Metabolismo basale
- Acqua corporea
- Indice di ritenzione
- % di grasso ideale
- Peso ideale

Questo esame è importante per monitorare i risultati di un programma dietetico o di un'attività fisica, cioè per controllare se vi è una buona alimentazione ed un giusto allenamento.



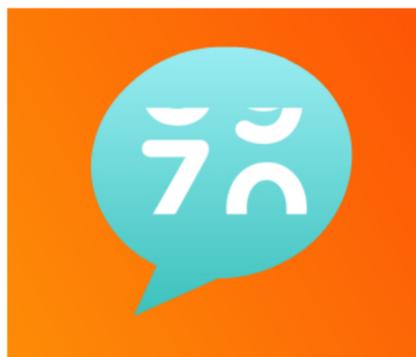
(13 luglio 2014)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

[Consiglia](#) 619 persone consigliano questo elemento. Consiglialo prima di tutti i tuoi amici.

[G+1](#) [3](#)

[Tweet](#) [13](#)



**la Repubblica+**  
Leggi il tuo quotidiano in digitale per **3 MESI** a soli **19,99€**  
[LEGGI SUBITO](#)

Accedi a **LA TUA REPUBBLICA.IT**  
Scopri quali articoli interessano ai tuoi amici di Facebook  
[Entra](#)  
569 persone consigliano questo elemento.  
Plug-in sociale di Facebook

Trovaci su Facebook  
**la Repubblica** [Mi piace](#)  
la Repubblica piace a 1.811.107 persone.  
Plug-in sociale di Facebook

**I più letti**  
Il giorno della fiducia a Letta, fallisce faccia a faccia Alfano-Berlusconi?/  
Berlusconi, Giunta dice sì a decadenza. Lui: "Decisione indegna per eliminarli" /  
M5S alla 'ex' Paola De Pin: "Venduta". Lei scoppia in lacrime, Letta la difende?/  
Il Pd cresce al 32% e Forza Italia crolla?/  
La classifica degli ospedali: i top al Nord. In Toscana cure migliori. Napoli maglia nera?/  
Madagascar, italiano uno dei tre linciati. Sospettati di traffico di organi?/  
Crisi Pdl, stop a nascita nuovo gruppo. Berlusconi: "Decadenza, non sarò in giunta" /  
Dissidenti, vertice notturno con Alfano E Berlusconi convoca a sorpresa i suoi?/  
Imu, riammessa modifica Pd su case di lusso L'altolà del Pdl: "Nessun passo indietro"  
Denunciati cinque saggi di Letta "Hanno truccato i concorsi" /

**Stasera in tv** | **Prossimi giorni**  
**Auguri Batman, la rassegna di Studio Universal per festeggiare i 75 anni dell'uomo pipistrello**  
**SLANG – Sogno L'America Nel Giardino, storie di italiani a New York**  
Guida Tv  
[Programmi Tv](#)  
[Gossip e personaggi](#)  
[Ascolti tv](#)  
**tvzap**