

BELLEZZA

CORPO

di ROSSELLA BURATTINO

# SORPRESA: IL GRANDE FREDDO TI FA BELLA. E RIDUCE ANCHE LO STRESS

## HITLIST

1.

Collistar



Crio-Gel  
Anticellulite Effetto  
Freddo

2.

Somatoline  
Cosmetic

Snellente 7 Notti  
Ultra Intensivo Gel  
Fresco

3.

Clarins



Lait Jambes  
Lourdes

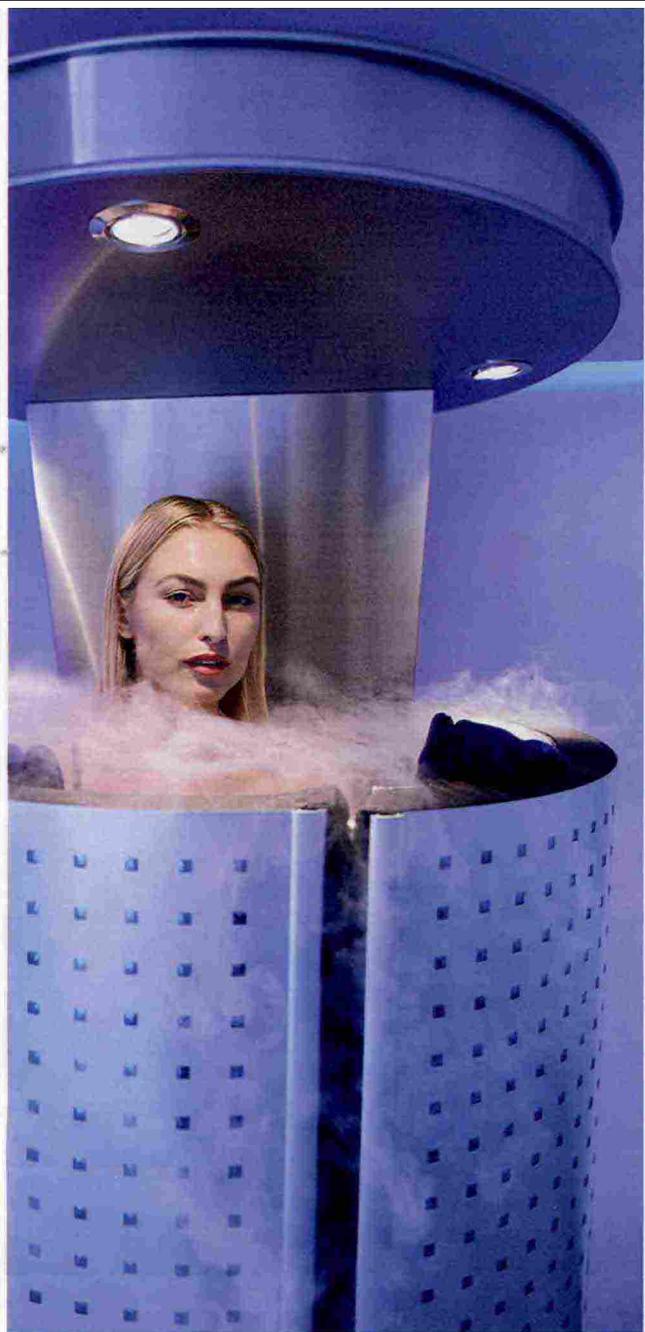
**Il freddo un alleato (tech)** per la bellezza del corpo. Chi sogna una silhouette scolpita e snella può sottoporsi alla crioscultura. Un trattamento di medicina estetica che rimodella i contorni corporei sfruttando l'azione del gelo. Ma come funziona? «La criolipolisi è una riduzione del grasso graduale e permanente», spiega Maria Gabriella **Di Russo**, specialista in Idrologia e medico estetico a Milano e Formia (mariagabrielladirusso.it). «Una volta eliminate le cellule adipose non si riformano. È un'alternativa non chirurgica alla liposuzione». La novità del metodo frozen. «La *cryoliposculpt*», svela la specialista, «è una macchina ideata in Italia dalla tecnologia avanzata: dotata di quattro manipoli per trattare da una a quattro zone e, in contemporanea, sfrutta correnti di contrazione per mantenere alto il tono della pelle. In pratica, sono due trattamenti in uno: scelta vantaggiosa per abbattere i costi».

Il grasso va incontro a una riduzione una volta congelato: «Gli adipociti essendo sensibili al raffreddamento sono sottoposti a un processo di cristallizzazione a cui segue una lisi spontanea. Non è una tecnica dolorosa e permette di tornare subito alle proprie attività. Sono necessarie dalle due alle tre sedute in totale per godere dei risultati sperati. È indicata per eliminare il grasso addominale e tutti i cuscinetti localizzati su fianchi, schiena, braccia, interno ed esterno cosce, ginocchia e *culottes de cheval*. Può portare a una diminuzione della circonferenza fino a due centimetri». La seduta si svolge da sdraiati e dura un'ora per zona. «Si applica una membrana protettiva e successivamente la coppa che aderisce alla pelle come una ventosa. In seguito all'aspirazione della cute, si comincia ad avvertire un raffreddamento graduale. Al termine può apparire del rossore, si risol-

La crioterapia è indicata per eliminare il grasso addominale e tutti i cuscinetti localizzati su fianchi, schiena, braccia... Può portare a una diminuzione della circonferenza fino a due centimetri

ve con un massaggio e scompare nel giro di poche ore». Senza effetti collaterali. «La criolipolisi», spiega **Di Russo**, «non prevede l'uso di aghi, bisturi, anestesia, non lascia cicatrici ed è adatta a ogni tipo di pelle e a tutte le età. Sia agli uomini sia alle donne. Le controindicazioni riguardano chi è in gravidanza, allatta o chi è affetto da patologie epatiche: lo smaltimento dei lipidi richie-





GETTY IMAGES

de il corretto funzionamento del fegato. Perciò si richiede di bere molto nelle settimane successive alle terapie».

Il segreto del girovita ritrovato di Kim Kardashian? La *coolsculpting*: «Tecnica medica anticellulite basata sull'introduzione sottocutanea di farmaci congelati che agiscono sulle zone interessate agevolando la lipolisi e riattivando la circolazione sanguigna», afferma Fabio Caviggioli, specializzato in chirurgia plastica, ricostruttiva ed estetica. È direttore sanitario della clinica Juneco di Milano. Perché il freddo è essenziale? «Desensibilizza le fibre nervose in modo che il passaggio della corrente non crei disagi», risponde, «riduce momentaneamente la circolazione facendo in modo che i principi attivi rimangano bloccati all'interno e agiscano più a lungo. Esiste anche un *device* di misure ridotte per le aree ristrette, come il sottomentone e il *bra fat*, quel grasso che si annida sotto le ascelle quando si indossa il reggiseno».

La crioterapia è alla base dei programmi di *The Longevity Suite* ([thelongevitysuite.com](http://thelongevitysuite.com)), **un metodo di medicina antiage che propone programmi personalizzati per equilibrare la bellezza interiore con quella esteriore**. Il trattamento prevede la permanenza del corpo in una camera fredda con temperature che vanno da -85 °C a -110 °C per un intervallo tra i 2 e i 4 minuti. Il raffreddamento a breve termine induce numerose reazioni positive, tra cui: rallentamento della degenerazione cellulare, riduzione dei radicali liberi, miglioramento di elasticità e ossigenazione della pelle e riduzione dello stress, dell'ansia e miglioramento del riposo notturno.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## IL TRATTAMENTO IN TRE MOSSE

1

Si inizia con una coppa

Per cominciare si applica una membrana protettiva e successivamente la coppa che aderisce alla pelle come una ventosa

2

La temperatura si abbassa

In seguito all'aspirazione della cute, si comincia ad avvertire un raffreddamento graduale, non doloroso

3

Rossore post seduta

Al termine della seduta che dura un'ora può apparire del rossore, che si risolve con un massaggio e scompare a breve