

MEDICINA ESTETICA

Appuntamento con le basse temperature per rimodellare il corpo: sottozero perdi peso o ridefinisci i punti critici

il potere DEL FREDDO

Sono passati 10 anni da quando per la prima volta il congelamento controllato è stato utilizzato con successo per liberare i punti critici dalle cellule adipose. Di più da quando con il ghiaccio si eseguivano trattamenti drenanti e tonificanti. Negli ultimi anni la crioterapia, cioè portare il corpo a temperature estreme, di molto sotto lo zero, è diventata una pratica molto in voga tra le star e tra gli sportivi per i suoi benefici sulle articolazioni, sulla pelle e, in generale, sul benessere.

soluzioni per la linea

Sono dunque tanti i motivi per amare il freddo, una risorsa fondamentale per la bellezza e per il rimodellamento. Oggi è protagonista principale di trattamenti "one shot", usato sotto controllo per agire in modo localizzato sui cuscinetti di grasso. Oppure è coprotagonista di programmi più articolati studiati per innescare un circolo virtuoso per un dimagrimento più generale.

62 silhouette • ottobre 2019

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

PER ELIMINARE *i cuscinetti*

Se l'esigenza è quella di **eliminare gli accumuli adiposi localizzati**, ci si può sottoporre alla crioliposculptura o criolipolisi, un trattamento di medicina estetica che sfruttando l'azione del freddo, **permette di eliminare i cuscinetti in modo graduale ma permanente**: una volta eliminate, infatti, le cellule adipose non si riformano. «**Si può considerare un'alternativa non chirurgica alla liposuzione**» dice la dottoressa Maria Gabriella Di Russo, medico estetico a Formia (LT) e a Milano presso il Centro Clinico Agorà. Indicata per eliminare il grasso localizzato su addome, fianchi, interno ed esterno coscia (ma anche

su schiena, braccia e ginocchia) può portare a una diminuzione della circonferenza della zona trattata fino a due centimetri.

BASTA UN'ORA

Individuata l'area da trattare viene applicata una membrana protettiva e successivamente una coppa che aderisce alla pelle come una sorta di ventosa. Ha inizio la fase di raffreddamento. «**Le cellule adipose essendo sensibili al raffreddamento, vanno incontro a un processo di cristallizzazione**, a cui segue una rottura spontanea, lenta e graduale (apoptosi)» spiega la specialista. «I grassi liberati vengono trasportati dal

sistema linfatico e successivamente eliminati dall'organismo. Con la Crioliposculpt, tecnologia tutta italiana, **è possibile trattare fino a quattro zone in contemporanea** riducendo così il numero di sedute. Grazie all'opzione "Tissue Active" si ottiene anche una tonificazione della pelle, fondamentale in fase di dimagrimento» conclude.

DA SAPERE

Il trattamento non è doloroso. Gli effetti si stabilizzano in un tempo variabile che va da 2 a 8 settimane. Per trattare due aree nella stessa seduta di un'ora il costo è di 500 euro, per quattro aree è di 800 euro.

ice wrap

Il freddo è un must anche nei trattamenti proposti nelle spa per tonificare la pelle e contrastare l'accumulo di liquidi. «**Un effetto drenante anti ritenzione idrica per esempio si può ottenere con particolari avvolgimenti (wrap) effetto ice**» dice Silvia Maddalena responsabile del centro Milano Beauty. «Le bende imbibite con una soluzione contenente estratti di caffeina, erbe e alghe vengono portate a una temperatura molto bassa, applicate con una sequenza prestabilita sulle zone da trattare e lasciate agire. L'effetto? Migliorano l'aspetto della pelle e la vasocostrizione con una immediata azione drenante» conclude l'estetista. Una volta tolte, il passaggio dal freddo alla temperatura ambiente innesca una vasodilatazione che ossigena e tonifica il derma. La durata del trattamento è 20 minuti.

PER SBLOCCARE *il grasso*

Il freddo può essere la chiave per favorire un dimagrimento più generale. Soprattutto quando l'ago della bilancia sembra essersi bloccato nonostante sacrifici a tavola e sforzi in palestra. «A causa delle cattive abitudini, dello stress e dell'età che avanza è molto facile cadere nella trappola dell'**infiammasoma, una condizione infiammatoria che riduce la capacità degli adipociti di rispondere agli stimoli del dimagrimento**» spiega il dottor Mauro Conti, medico estetico e Direttore Scientifico del Centro di Accelerazione Metabolismo di Milano. Per la salute e per l'armonia del corpo è importante intervenire. Anche sfruttando l'azione delle basse temperature.

IN POCHE MINUTI

Nell'articolato metodo di dimagrimento messo a punto nel Centro di Accelerazione Metaboli-

smo, **il freddo entra in gioco nella fase di sblocco iniziale**. «La persona, adeguatamente preparata, viene fatta entrare per 3 o 5 minuti nell'acceleratore metabolico, una cabina in cui la temperatura scende a -80°C. Il corpo, in cerca di calorie per proteggersi dal freddo, non riuscendole a prendere dalle cellule di grasso bocciate, **crea nuovi recettori lipolitici che consentiranno agli adipociti di cedere grasso e perdere volume**» spiega lo specialista.

DA SAPERE

La prima fase di sblocco metabolico può durare dalle 2 alle 3 settimane e prevedere dalle 4 alle 6 sedute nell'acceleratore. Il costo è di circa 500 euro a settimana.

Simonetta Barone

ottobre 2019 • silhouette 63