

PANNICULOPATIA EDEMATO-FIBRO-SCLEROTICA: LA COMUNE “CELLULITE”. CONOSCKERLA A FONDO PER CURARLA.

Dott.ssa Paola Fiori

Istituto Frontis –Roma

La Panniculopatia edemato-fibro-sclerotica comunemente chiamata cellulite è il quadro patologico del tessuto connettivo caratterizzato da ipertrofia e distrofia delle cellule del tessuto adiposo, vasi sanguigni e linfatici congesti con infiammazione perivasale. Abbiamo inoltre una aumentata presenza di fibre elastiche negli strati profondi della cute, la scomparsa delle pliche giunzionali dermo-epidermiche e infine l'ipercheratosi alternata ad ipocheratosi nelle zone con cute



a buccia d'arancia.

La cellulite non va valutata come malattia a sé stante, ma bensì come conseguenza di diversi tipi di disfunzioni congenite o acquisite che interagiscono fra loro. Le disfunzioni possono essere sia di tipo ormonale che di circolo, in questo caso ci riferiamo ai casi di insufficienza venosa e linfatica.

Tale patologia colpisce circa l'80% delle donne e per affrontarla c'è bisogno di una diagnosi accurata e una terapia mirata.

Le cause che stimolano e favoriscono la panniculopatia-edemato-fibro-sclerotica si distinguono in:

a) Cause primarie: sono la razza, l'ereditarietà ossia la familiarità positiva per l'affezione, ma si è visto come sia rilevante lo stile di vita e le cattive abitudini ad influenzare questa patologia. Sovrappeso, obesità, dieta ricca di dolci, cibi grassi e salati nonché povera di vegetali e frutta, vita e lavoro sedentari: troppo tempo in piedi o seduti e il fattore stress influiscono in modo importante sulla patologia.

1.1. Cause secondarie o fattori facilitanti: sono legate a fattori e squilibri ormonali, in particolare agli estrogeni. Ormoni tipicamente femminili che favoriscono l'insorgere dell'inetetismo. L'irregolarità delle mestruazioni, l'utilizzo della pillola possono perciò influire sullo sviluppo della panniculopatia.



Diagnosi accurata con :

VISITA MEDICO-ESTETICA



Terapie mirate

1.2. Gli stadi

a) Edematoso: in questo primo stadio si avverte una sensazione di pesantezza e gonfiore localizzata agli arti inferiori. Ciò è dovuto al ristagno dei liquidi nei tessuti. La circolazione veno-linfatica è rallentata, c'è difficoltà di eliminazione dei liquidi organici, si presenta edema con cute molle, fredda e di consistenza pastosa

b) Fibroso: in questo secondo stadio avviene il primo danno cellulare rilevante dove si distingue la formazione di strutture disordinate, spesse e circoscritte, differenti dal normale. Compaiono i primi "noduli" che mettono in evidenza le fossette della cellulite. Plicando la cute fra le dita, si può avvertire al tatto la comparsa della così detta "buccia d'arancia" che appare come una lieve granulosità data dalla primitiva reazione fibrosa da parte del tessuto sofferente.

Tale stadio è caratterizzato da spinta idrostatica, acidosi tissutale (tossicosi), micronoduli che possono provocare dolore al tatto.

c) Sclerotica: in questo terzo stadio iniziano i problemi. I noduli, già evidenti dallo stadio 2, diventano duri e leggermente dolenti (quest'ultima caratteristica è soggettiva e variabile da un caso all'altro). Gli adipociti vengono intrappolati dalle fibre proteiche che si irrigidiscono, isolandoli e impedendone qualunque scambio, oltre che l'ossigenazione. Infine, sulle zone soggette compariranno degli avvallamenti e increspature, piuttosto diffusi e danni estetici che conferiscono alla cute un effetto visibile che viene detto "a materasso": fase sclerotica. Si verifica un'unione dei micronoduli, aumento delle aree fibrose e adipose, macronoduli e comparsa di dolore spontaneo al tatto. La situazione è più complessa e il successo dei trattamenti varia molto in base alla soggettività, ma con i dovuti accorgimenti e tanta costanza si possono ottenere risultati degni di nota.

Quando, invece, l'aspetto della pelle è caratterizzato da profonde e numerose fossette, i noduli sono progrediti fino a diventare grossi, duri ed evidenti significa che le fibre proteiche comprimono qualunque struttura circostante, compromettendo in tal modo l'assetto del derma. In questo specifico caso non è possibile far regredire totalmente tale condizione, ma di sicuro si può migliorare o evitare che peggiori.

2. Alcune dritte

Come ben sappiamo per combattere la cellulite non possiamo agire solo su un fronte e per questo è fondamentale una diagnosi accurata. Individuare le cause e lo stadio è l'unico modo che ci può portare alla soluzione del problema.

Eseguita una vera e propria diagnosi possiamo poi dedicarci a correggere l'alimentazione, riprendere l'attività fisica più idonea e concederci il trattamento medico consigliato dallo specialista.

2.1. Corretta alimentazione

Fondamentale è il check dell'alimentazione: non seguire diete iperproteiche fai da te che aumentano l'acidità dell'organismo, ma neanche quelle drastiche che impoveriscono la massa magra importante a sostenere la pelle. La dieta è strettamente correlata alla persona, alle sue intolleranze e problematiche quindi è chiaro che quanto segue è una generica linea guida.

Per la cellulite sarebbe più idonea una dieta deacidificante o basificante in alcuni casi e depurativa dei tessuti, in modo da ridurre le alterazioni metaboliche e lo stress ossidativo che favorisce la cellulite. Alla base verdure fresche e di stagione, non eccedere con la frutta che contiene zuccheri, limitare il sale e gli alimenti che lo contengono in quanto intrappola i liquidi nei tessuti. Fondamentale l'idratazione con acqua oligominerale naturale a basso residuo fisso (14 mg/l) indice della leggerezza dell'acqua, questa caratteristica favorisce più velocemente il ricambio idrico e la diuresi dell'organismo. In uso moderato aiutano anche le tisane drenanti con sostanze come ananas, betulla, tarassaco e pilosella.

2.2. Attività fisica

L'attività fisica andrebbe svolta regolarmente e costantemente durante tutto l'anno, ma non si deve esagerare con l'allenamento altrimenti si ottiene l'effetto contrario.

Certamente l'attività di durata di tipo aerobico è la più indicata in quanto attiva per lungo tempo l'apparato cardiocircolatorio e respiratorio, favorendo la circolazione sanguigna periferica e in particolare la micro-circolazione a livello tissutale e cellulare delle regioni muscolari impegnate

Un'attività fisica intensa e discontinua porta solo l'organismo ad accumulare acido lattico, un punto decisamente a sfavore dell'ineestetismo.

Un corretto esercizio deve essere soft, ma costante. Questo è il segreto!

2.3 Cattive abitudini

Sedentarietà, fumo, eccesso di alcool e zuccheri fanno parte delle cattive abitudini, che peggiorano la circolazione sanguigna e linfatica aumentando la produzione di tossine.

Cambiare lo stile di vita è sempre il primo passo verso il benessere con e per se stessi.

3. Trattamenti medico estetici



La pannicolopatia-edemato-fibro-sclerotica come abbiamo letto in precedenza ha diversi stadi e in base a questo, e ovviamente alle cause scatenanti, viene scelto dal medico specialista il trattamento più idoneo.

I trattamenti vanno dalla mesoterapia,

3.1 La mesoterapia tradizionale

La mesoterapia tradizionale è indicata quando le cause che hanno determinato la cellulite sono già state risolte o nei casi di fenomeno molto ridotto e localizzato. I farmaci tradizionali devono comunque essere scelti in base alla situazione locale, alla eventuale concomitanza di insufficienza venosa e varici, alla predisposizione alle allergie da parte della paziente. In ogni caso richiede test per la valutazione di eventuali allergie.

3.2 L'omeomesoterapia

L'omeomesoterapia, cioè la **mesoterapia con farmaci omeopatici** è invece una vera terapia costituzionale, volta a migliorare o risolvere le cause che hanno determinato la cellulite comprese quelle connesse allo stress, alle alterazioni ormonali, all'insufficienza veno-linfatica. Permette la contemporanea cura dei sintomi associati e permette un miglioramento locale con riattivazione del metabolismo del tessuto adiposo, della cute e dei vasi sanguigni. È priva di effetti collaterali e reazioni allergiche. Induce molti meno rischi di ematomi e può essere eseguita nei punti di agopuntura inducendo anche l'effetto terapeutico di tale stimolazione

I vantaggi della mesoterapia omeomesoterapica sono la maggiore rapidità d'azione, maggiore efficacia, riduzione del tempo di esecuzione delle terapie, riduzione della necessità di farmaci a casa,

maggior facilità di esecuzione di terapie anche complesse, percentuale maggior di risultati soddisfacenti e in ultimo costi contenuti, ma variabili in base alla QUALITA' dei farmaci adoperati.

I limiti di questa terapia sono il **risultato strettamente medico-dipendente** per necessità di: Inquadramento costituzionale della paziente, Diagnosi appropriata, Scelta appropriata dei farmaci omeopatici o tradizionali, Somministrazione nei punti di agopuntura relativi al problema.

3.3 Massaggio endodermico

Il massaggio endodermico ha la funzione di accelerare il deflusso venoso e linfatico, facilitare la rimozione dei cataboliti e delle tossine, aumentare la diuresi e prevenire la fibrosi. Tutto questo tramite un manipolo che ci permette di stimolare il derma attraverso un piacevole massaggio del corpo o semplicemente delle zone più bisognose.

3.4. Elettrostimolazione con KC4

Un trattamento che attraverso particolari impulsi elettrici ai punti motori del muscolo riproduce il meccanismo che sollecita i muscoli a contrarsi e rilassarsi, replicando perfettamente l'effetto allenante. Con l'avanzare degli anni la mancanza di utilizzo di alcuni muscoli, unita alla forza di gravità, fa sì che si allunghino e tendano a rilassarsi, provocando la perdita del tono della pelle. Il KC4 è dunque indicato per il trattamento di: rilassamento cutaneo, atonia muscolare, deficit venolinfatico, cellulite (adiposa, edematosa e fibrosclerotica), adiposità localizzata.

3.5. Lipocavitazione medicata



3.6. L'adipolisi minivasiva Timed RF

Obiettivo Benessere

L'adipolisi miniinvasiva Timed RF costituisce un ulteriore presidio fondamentale per tutti coloro che associano un notevole aumento volumetrico distrettuale del tessuto adiposo, difficile da rimuovere in tempi brevi con altre metodiche.



Il vantaggio rispetto a ogni altra tecnica chirurgica sta nel fatto di non provocare rotture e danni venolinfatici in quanto, al contrario della microliposuzione, **non** necessita di incisioni e/o suture, non lascia ptosi del tessuto e non richiede sospensione dell'attività lavorativa.

