

SCHEDA INFORMATIVA AL TRATTAMENTO DI MICROTERRAPIA E MASSAGGIO PER CURA DELLA CELLULITE

Cos'è la cellulite

La cosiddetta **Cellulite** (chiamata anche "pannicolopatia edemato-fibro-sclerotica" o "pelle a buccia d'arancia") è una manifestazione topografica della [pelle](#) associata a depressioni o introflessioni, frequenti nella zona pelvica e addominale, nei fianchi, sui glutei e nelle cosce. Una recente revisione delle ricerche scientifiche conclude che si tratta di un "fenomeno fisiologico o con basi fisiologiche, caratteristico della donna, di origine multicausale che molti fattori possono scatenare, perpetuare o peggiorare". Si tratta nel complesso di una "condizione normale" di molte donne ed è "la non-malattia più investigata" vista l'alta incidenza (80-90% nella popolazione femminile in età post puberale). La cellulite è dovuta alla combinazione di tanti i fattori: ormoni, genetica, alterazioni del microcircolo venoso e linfatico, tessuto adiposo, abitudini dietetiche, vita sedentaria, disturbi del metabolismo.

La cellulite si può manifestare a diversi stadi in diverse aree corporee anche nello stesso soggetto. Viene normalmente classificata in 4 stadi:

- 0 = assenza di segni di cellulite
- 1 = la pelle affetta risulta liscia, ma compaiono segni di cellulite pinzando la pelle o contraendo i muscoli
- 2 = le introflessioni della cellulite sono presenti e visibili anche senza sollecitare la pelle
- 3 = presenza delle alterazioni dello stadio 2 in maggior numero e su un'area più estesa, accompagnate dalla presenza di noduli.

Nell'ipotesi che considera la cellulite una pannicolopatia edemato-fibro-sclerotica i diversi stadi rappresentano il percorso eziopatogenico della cellulite, dove lo stadio edematoso precede gli stadi successivi considerati una evoluzione/degenerazione del fenomeno

Viene così caratterizzata come:

- **Edematosa:** Associata ad un edema cioè accumulo di liquidi , soprattutto intorno alle caviglie, ai polpacci, alle cosce e alle braccia.
- **Fibrosa:** Associata a fibrosi, cioè con un aumento delle strutture trabecolari e dei setti di tessuto connettivo che ripariscono in diversi lobi il tessuto adiposo sottocutaneo. È caratterizzata da piccoli noduli non percepibili al tatto se non come rugosità sottocutanea e dalla cute a buccia d'[arancia](#).
- **Sclerotica:** Dove forma una sclerosi, così un indurimento dei tessuti associati a noduli di grandi dimensioni e placche. Può essere molto dolente.

Quali fattori possono aggravare la cellulite?

- Vita sedentaria o dimagrimento eccessivamente rapido: il tessuto muscolare cede e quindi si aggrava la situazione visiva della cellulite. Per avere meno problemi di cellulite bisogna essere sempre in movimento, il moto infatti aiuta a mantenere efficiente muscolatura, circolazione e metabolismo aiutando a bruciare i grassi e a prevenire la stasi circolatoria.
- Causa un'alimentazione sbagliata, cioè troppo piena di calorie e di cibi ricchi di grassi e di sale, si forma un accumulo di adipe localizzato, ritenzione dei liquidi.
- Postura sbagliata e con gambe accavallate, contribuisce ad aggravare la circolazione sanguigna e quindi la cellulite perché comprime i vasi.
- Troppo tempo in piedi immobili causa una cattiva circolazione sanguigna, perché il sangue fa fatica a risalire dagli arti inferiori, con conseguente stasi circolatoria.

- L'abbigliamento troppo stretto causa cattiva circolazione perché comprime i vasi.
- Scarpe troppo strette o con tacco troppo alto, ostacolano il ritorno venoso e linfatico e impediscono il corretto funzionamento dell'importantissima "pompa venosa".
- Stress e fumo sono altri fattori che aggravano lo stato della cellulite perché: Lo stress aumenta il livello degli ormoni dello stress e invece il fumo ha un'azione vasocostrittiva e aumenta i radicali liberi che peggiorano il microcircolo e aiutano ad accelerare l'invecchiamento cutaneo.
- Essere in sovrappeso o affetti da obesità

Possibili rimedi e terapie

- Attività fisica aerobica.
- Astensione da alcool e fumo.
- Evitare la stipsi cronica.
- Correggere i difetti dell'appoggio plantare.
- Non utilizzare scarpe con il tacco alto o scarpe da tennis per tempi prolungati.
- Non utilizzare indumenti stretti che possano limitare il ritorno veno-linfatico.
- Creme e integratori alimentari specifici
- Massaggi
- Pressoterapia
- Microterapie e mesoterapia
- Carbossiterapia
- Ozonoterapia
- Ricordiamo che la liposuzione o la laserlipolisi sono metodiche che risolvono le problematiche legate alle adiposità localizzate ma non la cellulite che va gestita costantemente con una serie di strategie.

Micro Terapia e Mesoterapia

Le innovazioni per la cura della cellulite consistono più che nell'invenzione di nuove tecniche, nell'evoluzione delle metodiche già esistenti. Un esempio è la microterapia che, rispetto alla classica mesoterapia, offre la garanzia di essere indolore e rispettosa dell'integrità dei tessuti cutanei. Per evitare i classici inconvenienti della mesoterapia, infatti, si punta sulla superficialità dell'iniezione. Poiché è solo l'epidermide la parte permeabile della cute, basta penetrare con un ago che superi appena il millimetro per arrivare al derma più superficiale e depositarvi le sostanze anticellulite. Non è vero, infatti, che più il farmaco va in profondità e più è efficace contro la cellulite. In profondità c'è il grasso e non l'edema e la ritenzione idrica propri della cellulite.

Microterapia e cura della Cellulite

Iniezioni con aghi normali. Se si fanno iniezioni nel derma medio profondo si causerà: la rottura dei vasi capillari di medio e grosso calibro, ecchimosi, dolore
Iniettando a livello del derma superficiale, si evita invece la rottura dei vasi capillari di medio e grosso calibro. Se si iniettassero le sostanze nel sottocute semplicemente con un ago di un millimetro e mezzo, però, non si riuscirebbe a far trattenere il farmaco nell'epidermide. Infatti, al momento dell'estrazione dell'ago, essendo la pelle elastica, tenderebbe a richiudersi espellendo la sostanza iniettata.
Per questo si utilizza un particolare ago chiamato S.I.T. (Skin Injection Therapy), dispositivo monouso collegato a una normale siringa, con cui è possibile iniettare le sostanze e far sì che restino "intrappolate" sottocute.





Ago S.I.T.: si tratta di un dispositivo monouso collegato a una normale siringa, formato da una parte rigida e concava dal cui centro fuoriesce un ago lungo poco più di un millimetro con il quale è possibile iniettare le sostanze senza che vengano espulse. La forma del S.I.T., permette che la pelle, aderendovi elasticamente, si trasformi in una specie di cupola mentre il microago penetra all'interno dell'epidermide.

Funzionamento ago S.I.T.: sollevando il dispositivo dalla pelle, la cupola si appianerà e il foro creato dall'ago, prima tenuto dilatato dalla curvatura della pelle, si chiuderà immediatamente trattenendo il liquido iniettato che sarà poi spinto in profondità dalla forza di appiattimento del tessuto.

Altro vantaggio della microterapia è l'utilizzo come liquido anticellulite di una sostanza naturale ipertonica, cioè semplice acqua molto ricca di sali. Poiché nei tessuti interessati dalla cellulite c'è un ristagno cronico di liquidi, se si inietta una soluzione ipertonica si crea un richiamo di liquidi dal tessuto adiposo verso il derma, dove la rete molto fitta di vasi capillari e linfatici assorbe questi liquidi in eccesso favorendone il drenaggio.

In alcuni casi, alla soluzione ipertonica vengono aggiunti enzimi che favoriscono la lipolisi (lo scioglimento dei grassi). Si ha perciò non solo una perdita d'acqua, ma anche un'azione sulla struttura stessa della cellulite. Se poi ci sono problemi venosi, la soluzione comprenderà anche sostanze capillaro-protettive.

La microterapia, consigliata per ogni tipo di cellulite, particolarmente per quelle di tipo edematoso cui garantisce risultati immediatamente visibili, vanta poi la capacità di rassodare le zone interessate, grazie alla sua azione lenta, continua, progressiva.

Non a caso molti chirurghi plastici la consigliano dopo un intervento di liposuzione.

Subito dopo la seduta di micoterapia che viene effettuata su tutta la superficie delle gambe, cosce, addome e volendo anche braccia e collo, si consiglia di sottoporsi ad una seduta di massoterapia linfodrenante-connettivale-miofasciale, per ottimizzare e velocizzare i risultati. Il trattamento è indolore, privo di rischi e di effetti collaterali, dopo il trattamento il/la paziente può tornare all'abituale attività lavorativa-sociale-sportiva.

Il trattamento prevede un ciclo di almeno 5 sedute da eseguirsi 1 volta alla settimana (le sedute hanno la durata di 1 ora e comprendono microterapia e massaggio), poi un eventuale mantenimento con 1 seduta ogni 5-6 settimane.

Prima di intraprendere il ciclo di sedute viene effettuata una visita per la valutazione del tipo di cellulite, la spiegazione della metodica e la prescrizione di integratori e creme specifiche per ottimizzare il trattamento e velocizzare i risultati.