

Bellezza

TRATTAMENTI BEAUTY

Le nuove armi per la pancia piatta

Sono tante e sfruttano metodologie diverse. Alcune sono più invasive, altre delicate come un massaggio. Ecco come agiscono

di Laura D'Orsi

È la parte del corpo che le donne amano meno. Lo conferma una recente indagine svolta da Astra Ricerche: la pancia è il cruccio estetico più difficile da sopportare per il 54% delle intervistate. Ma i trattamenti per "spianarla" oggi sono tanti ed efficaci. L'ultimissimo? Si chiama Emsculpt. L'attrice Drew Barrymore lo ha definito "il suo nuovo fidanzato" e ne è talmente entusiasta da affermare che le ha cambiato letteralmente la vita, ma soprattutto la pancia, rendendo i suoi addominali scolpiti. «Utilizza l'energia elettromagnetica focalizzata ad alta intensità per tonificare i muscoli, ma senza fare fatica», spiega Stefania Enginoli, medico estetico. «Ci si sdraia su un lettino e sulla zona da trattare viene agganciato un macchinario che invia



Scelti da Starbene



1

LO SCRUB

Con polvere di caffè, caffeina, escina ed edera combatte il ristagno di liquidi e svolge azione lipolitica. **Body Slim Coffee Scrub di SkinLabo**, 200 ml, 27 €, su skinlabo.com.



3

IL LIPO-RIDUTTORE

Contiene l'estratto di un'alga rossa che inibisce lo stoccaggio dei grassi e favorisce la eliminazione dei lipidi. **Gel Lipo-Reducteur**, 125 ml, 49 € (endermologie.com/it).



4

LA CREMA

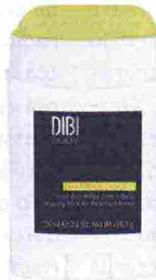
Una formula concentrata rassodante che migliora l'elasticità e la tonicità della pelle, levigando l'addome. **Rodial Super Fit Tummy Tuck**, 150 ml, 95 €, nelle profumerie Douglas.



2

IL GEL COL GUANTO

Il gel ricco di escina e caffeina si massaggia con lo speciale guanto magnetico in dotazione. **Redux active gel + Redux magnetic massage**, 150 ml, 34,50 €, in farmacia, parafarmacia ed erboristeria.



5

LO STICK

Coniuga la praticità dello stick con l'efficacia di una formula ricca di attivi che stimolano la lipolisi. **Dibi Cell Contour Stick Anti Adipe**, 75 ml, 55 €, negli istituti di bellezza.

impulsi alle fibre muscolari rinforzandole e favorendo inoltre l'eliminazione del grasso indesiderato. Il lavoro "passivo" svolto è molto intenso: Emsculpt produce contrazioni muscolari che non possono essere raggiunte attraverso il normale esercizio in palestra. È come se si eseguissero 20mila crunch in mezz'ora». Si consigliano 4 sedute a distanza di 3 giorni una dall'altra, poi altre due più distanziate. Il costo è di 400 € a seduta circa. Un altro apparecchio di ultima generazione che sfrutta sempre i campi elettromagnetici per stimolare la muscolatura profonda è Magnetix. «Il trattamento dura circa 30 minuti e le sedute consigliate sono almeno 4, a distanza di una settimana l'una dall'altra. Il vantaggio? Un'intensa stimolazione muscolare senza però il fastidioso incon-

Le metodiche più innovative sfruttano l'energia elettromagnetica per rassodare l'addome.

veniente dell'accumulo di acido lattico che spesso si verifica quando ci si allena in palestra», spiega Dvora Ancona, medico estetico (costo a seduta: 120 €). Tra i trattamenti più efficaci e, al tempo stesso, piacevoli (si percepisce come un massaggio caldo e rilassante) va segnalato il Venus Legacy: combina la radiofrequenza multipolare, i campi elettromagnetici pulsati, il massaggio endotermico che riduce e dà tono e il

sistema di controllo della temperatura per riattivare la circolazione e drenare i liquidi in eccesso. «Venus permette di lavorare a una profondità di 2,8 cm. Il manipolo, costituito da più sfere, arriva a una temperatura di 40 °C e passato su tutto il tessuto da trattare, determina una radicale riduzione di centimetri a livello addominale», chiarisce la dottoressa Ancona. Il trattamento dura circa 40 minuti e il numero delle sedute necessarie va da 10 a 20 (costo a seduta: 210 €).

I protocolli ad hoc

Ci però sono "pancette" ostinate e in questi casi occorre unire le forze. Un trattamento solo non basta, bisogna abbinare diverse metodiche. La tendenza oggi è quella del proto- ➔

Bellezza

LA LASERLISI

→ collo studiato su misura dopo un'approfondita visita medico-estetica. Niente pacchetti precostituiti, quindi, che non possono andare bene per tutti. «Per esempio si può sfruttare la sinergia tra criolipolisi e mesoterapia. Con la prima si sciogliono i grassi grazie al freddo. Sulle zone da trattare viene appoggiato un apparecchio che aspira e raffredda gli accumuli di grasso a circa -7 °C. Le cellule adipose perdono le loro funzioni vitali e i grassi vengono eliminati nel giro di 1-2 mesi», spiega la dottoressa Paola Gasparetto, medico estetico. Servono da 2 a 4 sedute e il costo per ognuna è di 500 € circa. In abbinamento si possono programmare delle iniezioni "sciogligrassi": l'acido desossicilico, iniettato nelle zone in cui sono presenti i cuscinetti, si fa spazio comprimendo le cellule adipose, che perdono così il loro contenuto di grassi. Il risultato? I fastidiosi accumuli scompaiono o si riducono molto. E il vantaggio è che il risultato è permanente. Di solito si prevedono 1-2 iniezioni al mese per più volte. Il costo è di 200 € ciascuna. Un'altra sinergia vincente, soprattutto in presenza di cellulite, è cavitazione più carbossiterapia. Nel primo caso le zone interessate vengono "bombardate" con ultrasuoni a bassa frequenza che, formando microbolle all'interno degli adipociti, li fa implodere. I grassi vengono poi smaltiti naturalmente (costi a partire da 120

Un trattamento al confine tra la medicina e la chirurgia estetica è la laserlisi. Si utilizza un particolare tipo di laser (neodimio-yag di ultima generazione) per rompere le cellule adipose senza danneggiare le altre. Dopo aver iniettato dell'anestetico locale, il medico introduce nel cuscinetto una sonda di un millimetro di diametro che contiene una fibra ottica da cui fuoriesce la radiazione. Il laser liquefa il tessuto adiposo che viene poi aspirato attraverso lo stesso forellino. La terapia non lascia segni, occorre solo portare per 8 giorni dei collant contenitivi. I risultati sono permanenti (costo: 7-800 €).

€ a seduta). «Uno studio recente del dipartimento di medicina riabilitativa dell'ospedale di Opatija, in Croazia, ha registrato una riduzione della circonferenza dell'addome, dopo un solo trattamento, in un range tra i 2 e i 4 cm», dice la dottoressa Gasparetto. Ma la cavitazione diventa più efficace se si

abbina a iniezioni settimanali di anidride carbonica. Questo gas ha la capacità di migliorare la circolazione, favorendo così il drenaggio dei liquidi in eccesso (una seduta di carbossiterapia costa circa 80 €).

I cosmetici da massaggiare

Chi preferisce i metodi soft, può affidarsi a una beauty routine strategica, con cosmetici specifici per la pancia. «Il primo deve essere stimolante e va messo alla mattina dopo la doccia. I principi attivi più efficaci sono le alghe marine, a effetto drenante e la caffeina, che aumenta il metabolismo dei grassi e favorisce l'ossigenazione dei tessuti. La sera, invece, ci vuole un prodotto rassodante ed elasticizzante a base di insaponificabili: sono sostanze dermoaffini, cioè simili a quelle prodotte dalla pelle, che promuovono la formazione di collagene ed elastina. Si trovano in ingredienti come avocado e karitè» suggerisce la dermatologa Norma Cameli. Le texture più indicate? Creme e sieri, in primis. E le nuove formulazioni in stick: mentre le applichi, massaggi in modo energico la zona. Un'alternativa è utilizzare gli attrezzini dotati di piccole sfere di acciaio rotanti: i più pratici sono a forma di guanto e si infilano. Il loro plus? Non solo stimolano la circolazione in superficie, ma "smuovono" anche il tessuto in profondità. ●

QUANDO SERVE
IL BISTURI

Quando il problema della pancia è più complesso, per esempio se l'adiposità è accentuata, o in presenza di forte rilassamento cutaneo o

ancora di diastasi dei muscoli retti addominali (l'allontanamento delle due fasce muscolari che si verifica talvolta dopo la gravidanza), la medicina estetica a volte non basta. «Si interviene chirurgicamente con

un'addominoplastica, che oltre ad asportare il grasso e la cute in eccesso, ripristina la muscolatura e riposiziona l'ombelico», spiega Stefano Bezzi, chirurgo plastico. «In alcuni casi può essere sufficiente una

mini addominoplastica: si effettua un'incisione più corta e si lavora solo sulla parte sottostante all'ombelico». I costi partono da 3500 euro per una mini addominoplastica fino a 8000 € per l'intervento tradizionale.