

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

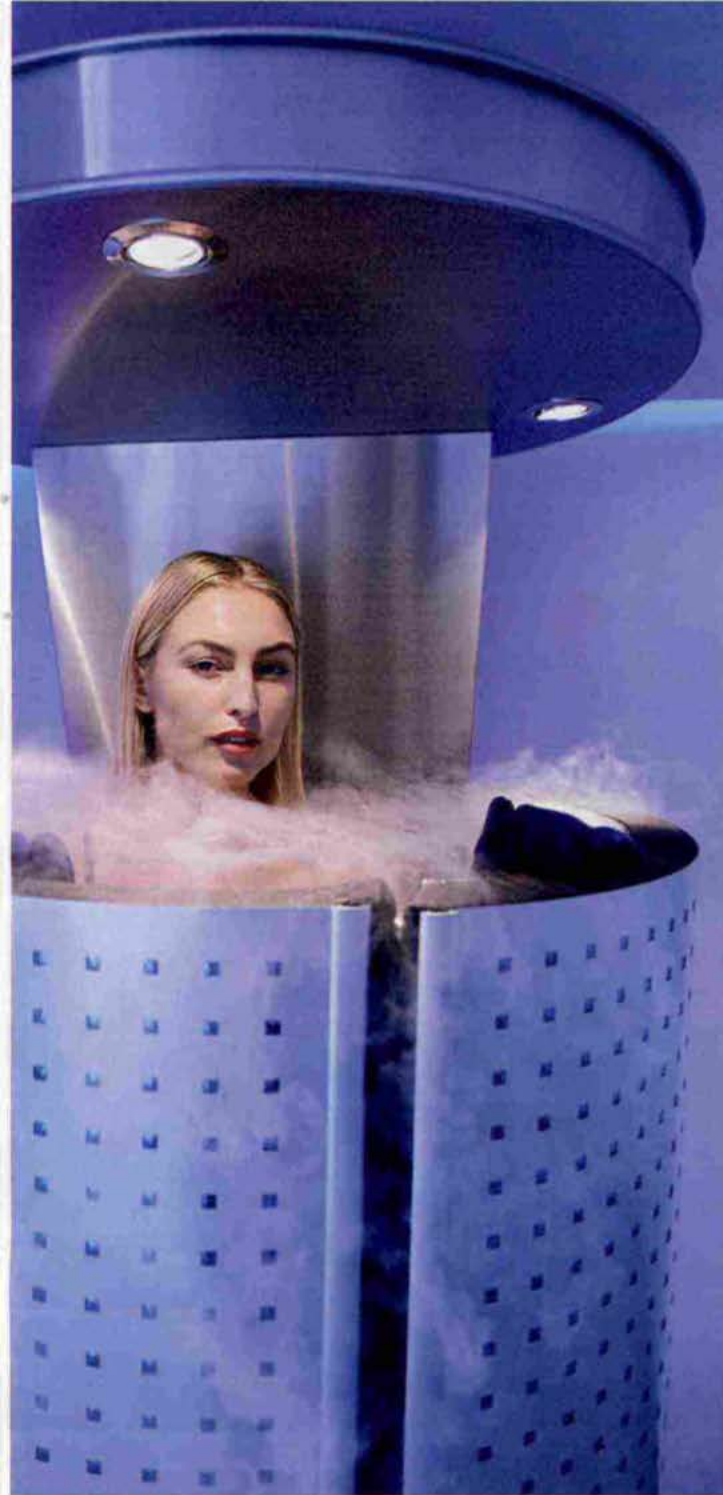
Il freddo un alleato (tech) per la bellezza del corpo. Chi sogna una silhouette scolpita e snella può sottoporsi alla crioscultura. Un trattamento di medicina estetica che rimodella i contorni corporei sfruttando l'azione del gelo. Ma come funziona? «La criolipolisi è una riduzione del grasso graduale 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 *coolsculping*: «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), 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.

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