

La cellulite

Focus sulla cellulite

Tutte uguali di fronte alla cellulite?

Come combattere la cellulite?

Focus sulla cellulite

La cellulite è una modificazione della struttura del tessuto sottocutaneo caratterizzata in superficie dal fenomeno “visibile” della pelle a buccia d’arancia. Può essere generalizzata o localizzata, in particolare a livello di glutei, fianchi, cosce e pancia dove l’accumulo dei grassi è spesso critico. La cellulite è principalmente dovuta ad uno squilibrio tra l’accumulo e lo smaltimento naturale dei grassi.

Essa trova, infatti, origine negli strati inferiori della pelle, a livello dell’ipoderma dove sono localizzati gli adipociti, cellule predisposte all’accumulo di grassi.

L’accumulo dei grassi

Le cellule adipose

L’adipocita è il principale attore energetico dell’organismo. Le cellule adipose sono all’inizio pre-adipociti, cellule indifferenziate che non hanno ancora acquisito la loro funzione di stoccaggio e sono circondati da fibre. Con l’apporto di grasso e sotto l’influenza di una combinazione di fattori genetici, ormonali e ambientali, i pre-adipociti (adipociti immaturi) 1 si differenziano e diventano adipociti maturi 2 la cui capacità di accumulo si moltiplica, anche fino a 600 volte.

Per loro natura, i grassi si accumulano negli adipociti. Più grassi ci sono, più gli adipociti aumentano di volume.

La lipolisi

In caso di necessità, l’adipocita è in grado di svuotarsi dei grassi che trattiene e di trasformarli in risorse energetiche utilizzabili dalle cellule.

È il principio della lipolisi, che permette la distruzione dei lipidi (grassi) accumulati negli adipociti e la loro trasformazione in lipidi semplici utilizzabili dalle cellule.

Comparsa della cellulite

Le riserve di grasso cutanee rappresentano l’80% della massa grassa del corpo. Il rilievo cellulitico si forma quando il tessuto adiposo della pelle – composto di adipociti, acidi grassi di colesterolo e d’acqua – accumula il grasso indesiderabile e lo imprigiona in piccole fibre sotto pelle. In caso di accumulo eccessivo, queste fibre si ipertrofizzano, comprimendo i vasi sanguigni e linfatici. Questa compressione comporta un cattivo drenaggio, ritenzione idrica e degenerazione delle fibre di collagene. A livello dell’ipoderma, gli adipociti si gonfiano alterando la superficie della pelle, che assume il classico aspetto a buccia d’arancia.

Tutte uguali di fronte alla cellulite?

È un problema comune a tutte le donne?

Il 90% delle donne, anche le più magre, sono interessate da problemi di cellulite, contro il 2% appena degli uomini. Il fenomeno colpisce soprattutto la donna.

Contrariamente a quanto si pensa, le rotondità localizzate non hanno alcuna relazione diretta con l'aumento di peso: si può essere magri e avere la cellulite così come aumentare di peso senza averne.

I fattori che causano cellulite

Nella maggior parte dei casi, questo fenomeno è di origine ormonale ma la sua comparsa può essere aggravata da una cattiva micro-circolazione cutanea, la mancanza di esercizio fisico, un problema di peso, lo stress, l'ereditarietà o un'alimentazione squilibrata.

I fattori di comparsa della cellulite sono numerosi: Alcuni sono ineluttabili: endocrini (insulina, estrogeni, ormoni tiroidei), ereditari e fisiologici. Altri, comportamentali: le abitudini alimentari, la sedentarietà e lo stress, favoriscono l'accumulo dei grassi.

I vari tipi di cellulite

La cellulite non è necessariamente uguale per ognuna di noi. Esistono in effetti molti tipi di cellulite, con vari stadi di evoluzione, che devono essere affrontati in modo diverso. Per conoscere il vostro tipo di cellulite, pizzicatevi la pelle a livello della coscia:

La cellulite adiposa, la più comune, è molle, poco o affatto dolorosa. Corrisponde ad un eccesso di grasso molto localizzato.

La cellulite fibrosa è dura al tatto e quando si pizzica la pelle è dolorosa. Questa sensazione è dovuta al deterioramento delle fibre di collagene.

La cellulite acquosa o infiltrata è elastica al tatto e provoca una sensazione di gambe pesanti e di congestionamento in tutto il corpo.

Esistono anche vari stadi di evoluzione:

- Fase 1 :Gli adipociti aumentano di volume
- Fase 2 :Le fibre di collagene imprigionano gli adipociti
- Fase 3 :Formazione dei grassi in lobuli
- Fase 4 : Abbondanza di lobuli

Come combattere la cellulite?

L'utilizzo di un trattamento specifico è indispensabile per agire direttamente sui tessuti e permettere alla pelle di ritrovare un aspetto più vellutato. Le sostanze snellenti utilizzate in cosmetologia agiscono generalmente sull'aspetto superficiale e sul rilassamento dei tessuti.

L'azione dei prodotti anti-cellulite può essere rinforzata dal massaggio che migliora la micro-circolazione cutanea e aiuta a preparare la pelle all'applicazione dei trattamenti snellenti. Il massaggio deve essere praticato delicatamente.