

Seções

- Local
- Opinião
- Abobrinhas da Internet
- Quem Somos
- Aqui Acontece
- Para Pensar
- Saúde
- Voz do Leitor
- Geral
- Comportamento
- Defesa do Consumidor
- Saúde Animal
- Análise

09-10-2005 :: Saúde

Veja como enfrentar a celulite



A celulite — que é o acúmulo de toxinas entre as células — atinge 95% das mulheres. Segundo a dra. Audrey Worthington, cirurgiã plástica e especialista em Medicina Estética, “existe um componente hereditário e, principalmente hormonal, que promove essa

alteração tecidual com retrações na pele. Homens raramente têm celulite”, explica.

No início, os terríveis furinhos aparecem nas ancas, no ventre, nas coxas e nas nádegas. Depois, com o passar dos anos, o problema se agrava, dando à pele, uma aparência de casca de laranja. A médica Audrey Worthington afirma que a vida sedentária aliada à alimentação desequilibrada, com muito sal, gordura e condimentos, são os principais fatores de agravamento.

A celulite ocorre devido à alteração do hormônio estrógeno, que provoca uma deficiência na troca metabólica entre as células. Líquidos vão se acumulando entre as células e excesso de gordura dentro delas agrava o quadro, formando nódulos e alterando a microcirculação. Isto origina fibroses, como se fossem cicatrizes internas que repuxam a pele para baixo.

A especialista recomenda que os tratamentos para celulite, assim como os para flacidez, manchas e estrias, devem ser encarados como cuidados com a saúde e não apenas estéticos. “Além do incômodo estético, a celulite causa problemas nos sistemas circulatório, linfático, nervoso e, em alguns casos, até dores no glúteo e nas pernas”, explica Audrey.

Causas do problema

Entre suas causas estão os distúrbios hormonais a que as mulheres estão sujeitas. O fenômeno pode ter quatro graus de comprometimento “A partir do grau três, a pele passa a apresentar nódulos, perda da elasticidade e aparição de fibrose. A celulite de grau quatro apresenta um comprometimento vascular grave e, por isso, a portadora sofre com dores e formigamentos”, alerta a médica.

É preciso saber que é hoje considerada uma doença crônica, devendo ser tratada pelo resto da vida, como hipertensão e diabetes,

Edição Atual



ensina a especialista. Felizmente, graças aos avanços da Medicina Estética, todos os graus de celulite já podem ser tratados. Os tratamentos variam de acordo com cada caso, mas a combinação de várias técnicas pode melhorar muito a aparência. “Ao tratamento anticelulite podemos associar outros que propiciem o enrijecimento de áreas flácidas e a diminuição de gorduras localizadas”, festeja dra. Audrey.

Tratamentos indicados

A dra. Audrey Worthington cita os tratamentos mais indicados para enfrentar o problema da celulite:

- **Manthus** — É um aparelho de ultra-som potente, associado a correntes do tipo eletrolipoforese, que combate a celulite e a gordura localizada, pois aumenta a troca entre as células, estimula a microcirculação e eliminação de toxinas. Os resultados podem ser percebidos logo na primeira sessão. Dependendo do biótipo da pessoa, é possível perder de dois a oito cm na cintura. O aparelho pode ser utilizado em qualquer região do corpo, não provoca efeitos colaterais e permite trabalhar grandes áreas em pouco tempo. Em média, são necessárias 10 sessões, com 20 minutos de duração cada.
- **Intradermoterapia** — Técnica que consiste na aplicação de uma série de injeções contendo substâncias químicas (lipolíticas, eutróficas e venocinéticas) capazes de esvaziar os adipócitos e melhorar a microcirculação local, a qualidade dos tecidos, e ainda ajudam a dissolver os nódulos de celulite e acúmulos gordurosos.
- **Drenagem linfática** — Massagem manual feita para estimular o sistema linfático e eliminar toxinas.
- **Endermoterapia** — Utiliza aparelho que, além de uma massagem de rolamento (palper-rouler), faz um vácuo suave e esses dois movimentos simultâneos estimulam a microcirculação local. As toxinas são mais facilmente eliminadas, as fibras colágenas se reorganizam, há redistribuição dos depósitos adiposos. Seu uso não exclui a drenagem linfática manual.
- **Diatermia** — Câmaras ou malhas com raios infravermelhos longos são envoltas na região afetada pela celulite. O calor emitido alcança três a quatro centímetros de profundidade da pele, estimulando as células a liberar o excesso de líquido e de gordura.
- **Eletroestimulação** — Aplicação de correntes elétricas associadas. Estimula as fibras brancas da musculatura que os exercícios físicos não conseguem e melhora a flacidez muscular.
- **Subcision** — Processo minicirúrgico, no qual se descola a pele, usando uma agulha especial que corta a fibrose. Esta solta a pele da profundidade, tirando o famoso “furinho” do local. É feita com anestesia local e pode ficar um pequeno hematoma que é absorvido com o tempo. Esse método traz excelentes resultados, podendo ser repetido várias vezes e ser associado com enxerto de gordura da paciente no local do furinho, melhorando ainda mais o resultado.
- **Cirurgia Plástica** — A técnica mistura a lipoaspiração com lipoescultura e é feita com um instrumento criado especialmente para a intervenção, chamado de ring cânula (a ponta da cânula tem um formato anelado, daí o nome inglês ring, que em português significa anel). Depois de romper as fibras associadas à celulite e de aspirar a gordura da região, injeta-se novamente parte da gordura retirada para uniformizar a superfície da pele, acabando com os furinhos.
- **Carboxiterapia** — Método criado na Itália, vem sendo utilizado com sucesso no tratamento da celulite. Ao injetar CO₂ (gás carbônico), o organismo interpreta que há falta de oxigênio e aumenta a vascularização. Com isso, há maior produção de colágeno, queima calórica e resultados rápidos no aspecto “casca de laranja”. O CO₂ é o gás utilizado quando se faz cirurgias videoendoscópicas e também para ventriculografias (ver o coração por dentro). E não traz efeitos colaterais, além de um desconforto no momento da aplicação.

DICAS DA ESPECIALISTA

A cirurgiã plástica Audrey Worthington, dá algumas informações importantes sobre a celulite:

ÁLCOOL — Resulta em calorias que se transformam em gorduras e são difíceis de queimar, aumentando o peso e o nível de toxinas circulantes.

CIGARRO — A nicotina e o alcatrão produzem um espessamento nas paredes das veias, dificultando a circulação sanguínea e piorando a filtragem do sangue. Quanto maior for o consumo de cigarros por dia, pior será o aspecto da celulite.

ANTICONCEPCIONAIS — Interferem nos hormônios. Provocam retenção de líquidos, dificultam a eliminação de toxinas.

EXCESSO DE PESO — O aumento de triglicérides nas células de gordura (adipócitos) provoca uma compressão da microcirculação que já está alterada —isso dificulta a eliminação de toxinas.

ALIMENTOS ENLATADOS, CONDIMENTOS E


CONSERVANTES — Aumentam as toxinas em nosso organismo e pioram problemas como a celulite.


SAL NA ALIMENTAÇÃO — Contribui para a retenção de líquidos no organismo.

ROUPAS APERTADAS — O uso freqüente pode forçar a compressão de vasos, o que dificulta circulação sanguínea na região.

ÁGUA — Deve-se beber no mínimo dois litros de água por dia para hidratar o corpo. Esse procedimento ajuda na eliminação de toxinas pelos rins e auxilia no tratamento para celulite.

Autor:

 voltar

 imprimir

Copyright © 2003 Voz do Bairro : Design by ZMedia