



SI FUESE UN HOMBRE NO TENDRÍA CELULITIS

LA PADECE HASTA UN 90% DE LA POBLACIÓN FEMENINA

La estructura de su piel, más prieta, hace que a ellos no se les marquen las células grasas (aunque las tengan). A pesar de todo lo que se escribe al respecto, no está nada claro cómo se origina por lo que combatirla es (aún) complicado. Por ahora, la clave está en reafirmar

S

i es usted mujer y tiene más de 25 años es muy probable que tenga –o vaya a tener– algún tipo de lipodistrofia, dermopaniculosis o lo que es lo mismo (tranquila) celulitis.

Si usted es hombre es posible que se libre de padecerla, ojo que no significa que no vaya a acumular grasa, es solo que la suya estará más prieta. Y es que según Alejandro Martín-Gorgojo, dermatólogo del Hospital Gregorio Marañón y de la Clínica Dermatológica Internacional, “afecta al 90% de las mujeres y se localiza en caderas, muslos y abdomen”. Para que todos lo entendamos, el doctor Martín la define como “el aspecto normal de la piel que permite ver la grasa que hay debajo, en la hipodermis, por encontrarse más suelta. La grasa se cuele entre el tejido conectivo, empuja al tejido subcutáneo y crea la típica piel de naranja”. En el caso de los varones, la celulitis es prácticamente inexistente “porque su tejido subcutáneo es más compacto, frente al de las mujeres más laxo ya que está preparado para estirarse en caso de embarazo”, explica el doctor.

CUESTIÓN DE HORMONAS

Los primeros que hicieron referencia a la celulitis fueron los doctores alemanes Braun-Falco y Scherwitz a principios de siglo XX, tras examinar cadáveres (de mujer) que presentaban piel de naranja en las zonas centrales del cuerpo. Este dato se recoge el estudio *So Called Cellulite, an invented disease* (Eso llamado celulitis: una



EL OBJETIVO: DESTRUIR LA GRASA Y REAFIRMAR LA PIEL

Todos los dermatólogos y expertos consultados para este reportaje sobre los tratamientos estéticos en cabina más eficaces para combatir la celulitis, coinciden en uno: la radiofrecuencia.

Son ondas electromagnéticas de alta frecuencia, que producen un calentamiento controlado de las diferentes capas de la piel, deshaciendo las células grasas y liberando el contenido. Este se elimina por la orina. Además, los cuatro afirman que “esta técnica favorece el drenaje linfático, mejora la firmeza y activa la formación de colágeno”.

enfermedad inventada) publicado en el *Journal of Dermatologic Surgery and Oncology*. Asimismo, confirma que “la prueba del pellizco, es decir, pinzar la piel para ver si aparece piel de naranja, solo es positiva, además de en mujeres, en hombres con deficiencia de andrógenos, las hormonas masculinas”.

ADELGAZAR NO ACABA CON ELLA

“La celulitis no tiene que ver con el sobrepeso o la obesidad, que está originada por el aumento del tamaño de las células grasas. Se puede dar una condición sin la otra y viceversa”, aclara el dermatólogo Martín. La doctora Rosa García Maroto, de la Clínica de La Fuente, apunta: “Hay mujeres delgadas que presentan celulitis por falta de nutrientes y alteraciones de la circulación. Y es que los problemas linfáticos, la genética, una mala alimentación y una vida sedentaria, influyen”.

La celulitis no es una enfermedad: es el aspecto normal de de la piel que permite ver la grasa de debajo

Según la dermatóloga Elia Roo, coordinadora de la unidad de Dermatología Estética del Hospital Sur de Alcorcón (Madrid), “a pesar de todo lo que se escribe acerca de la celulitis, hay pocos estudios científicos sobre las causas que la originan. Los del investigador francés G. E. Pierad explican que los tabiques que sujetan la piel [tabiques del



Un estudio demuestra que la combinación de un cosmético con cafeína y ultrasonidos, funciona

□ tejido conjuntivo] pierden su disposición oblicua, se colocan de forma vertical y dejan salir la grasa que escapa y empuja a la piel, que previamente ha perdido tensión". Según la doctora, esta es la hipótesis más aceptada por la comunidad médica.

La celulitis se divide en grados, concretamente en cuatro, y son muy fáciles de establecer. Así lo explica Elia Roo: 1. La piel aparece lisa en posición tumbada y de pie. Al comprimirse, apenas se observa piel de naranja. 2. Piel lisa en ambas posiciones, al pinzar la del muslo aparece la piel de naranja. 3. Piel lisa tumbada, pero con hoyuelos en posición vertical. 4. Aparece celulitis con o sin pinzamiento, de pie y tumbada. "Este último estadio es más frecuente tras la menopausia".

LAS CREMAS ALISAN LA PIEL

La reacción física que da lugar a la celulitis ocurre a niveles cutáneos profundos, en la hipodermis, con lo que para luchar contra ella hay que bajar al sótano y plantarle cara allí, en su territorio. ¿Lo pueden hacer las cremas? Los expertos coinciden: no; después matizan: pero ayuda.

En opinión de Xavier Santos, jefe de Cirugía Plástica y Medicina Estética del Hospital HM Montepíncipe, "la cosmética puede ayudar hidratando la piel y mejorando su elasticidad". Por su parte, Martín-Gorgojo explica: "Las cremas contra la celulitis tienen una combinación de ingredientes destinados a disminuir la inflamación y la flacidez de la dermis y, aunque los activos usados van encapsulados, es muy complicado que lleguen a donde tienen que llegar para ser efectivos. Si pueden mejorar la textura de la piel de forma transitoria, hay estudios sobre ello, pero pocos y con pocos pacientes". Por último, la doctora Maroto opina que la cosmética "complementa a los tratamientos médico-estéticos".

Un estudio publicado en *The Journal of Cosmetic Dermatology* sobre el efecto de la cafeína tópica (aplicada en forma de gel sobre piel porcina) concluyó que "el tratamiento con cafeína [uno de los ingredientes estrella de las cremas reductoras] era eficaz cuando se asociaba con la terapia de ultrasonido para mejorar el transporte transdérmico. Se redujo el espesor del tejido graso". □



EL EXPERTO

Alejandro Martín-Gorgojo es doctor en Medicina, coeditor de *The European Journal of Dermatology* y revisor de otras publicaciones científicas internacionales.

BENEFICIOS COLATERALES

1. **Para el abdomen.** Gel reductor intensivo vientre plano, de Yacel (14 €).
2. **Ayuda extra.** Rodillo con micro agujas. Meso-Sculpt Body Roller, de Filorga (169 € rodillo+loción anticelulítica).
3. **Piel más lisa.** Body Desire Integral Perfection Care, de Dior (73 €).
4. **Por la noche.** Cellu Destock Overnight, de Vichy (19 €).
5. **Con cafeína.** Celulex Body gel, de Sesderma (36 €).
6. **Para mezclar.** V6.3 Slimming, de Sepai (33 €).
7. **Para 15 días.** Expresslim Zonas Rebeldes, de Jeanne Piaubert (37 €).
8. **Mayores de 50.** Snellente Over 50, de Somatoline (39 €).
9. **En aceite.** Minceur Slim & Firm pamplemousse/jojoba, de Puresentiel (13 €).
10. **Crema untuosa.** Advanced Body Creator Anti-Cellulite, de Sheiseido (40 €).
11. **Anti nódulos.** Slim Desing Celulitis Rebelde, de Elancyl (23 €).