

Sei in: Archivio &gt; la Repubblica.it &gt; 2014 &gt; 06 &gt; 03 &gt; {0}

## Il girovita non cala? Ecco perché

QUALCHE tempo fa, nel best seller *Changez de ventre*, il nutrizionista e biologo francese Claude Chauchard si era divertito a catalogare la pancia con bizzarre descrizioni: "sedentaria semplice", per esempio, quando l'accumulo di grasso è sui fianchi; "sedentaria complessa" se la "ciambella" cinge il giro vita. Passano gli anni, ma non il vezzo di dare un'"identità" a questa parte anatomica quando perde la sua "forma ideale", visto che un'analoga classificazione è stata recentemente stilata dai membri dell'American Society for Aesthetic Plastic Surgery (ASAPS), che in un lavoro pubblicato online ([www.surgery.org](http://www.surgery.org)) hanno sintetizzato cause e cure di pancia e maniglie dell'amore, soprattutto maschili. Secondo gli specialisti americani, l'addome "globoso", prominente nella parte centrale, dipende soprattutto dal consumo di alcolici, birra o vino in primis: moderarne l'assunzione è il primo comandamento per ridurre il girovita. Frequenti, tra le cause, anche la pigrizia e l'invecchiamento, spiegano ancora i chirurghi dell'ASA-PS, per via della perdita di tonicità muscolare dell'addome, che favorisce la proiezione verso l'esterno degli organi viscerali. Ma anche i geni ci mettono lo zampino. «La sporgenza del ventre è favorita dalla predisposizione genetica ed ormonale tipica del maschio, che tende a depositare il grasso in eccesso proprio intorno alla cintola», spiega il professor Piero Rosati, chirurgo plastico ed estetico, università di Ferrara. Secondo recenti ricerche, come quella condotta da un team di scienziati dell'ateneo di Louisville, negli Stati Uniti, sembra però che anche nella donna (più soggetta a perdita di tonicità post gravidanza e ad accumulare grasso nel girovita dopo la menopausa per effetto del calo ormonale) l'addome over, anche durante la vita fertile, dipenda da fattori genetici (30-60% dei casi). Dieta e movimento moderato e regolare sono fondamentali per contrastare e prevenire la pancetta, ma questi depositi adiposi localizzati per fattori costituzionali spesso sono molto "resistenti". La soluzione estetica più incisiva passa dalla chirurgia plastica e i due interventi d'elezione, entrambi importanti, sono la liposuzione e l'addominoplastica. «La liposuzione è indicata per gli accumuli adiposi sopra la fascia muscolare, all'altezza dei fianchi, ma non per il grasso viscerale. In più, la cute deve essere tonica, per evitare eccessi di pelle post intervento, molto antiestetici. Solo se la lassità cutanea è moderata si può combinare aspirazione e tonificazione trattando internamente la zona anche con una cannula che emette radiofrequenza», spiega Alessandro Gennai, chirurgo plastico ed estetico, membro dell'AICPE (Associazione Italiana Chirurgia Plastica Estetica). «La convalescenza è breve - di 4-5 giorni - ma per un mese è necessario indossare una guaina contenitiva, che aiuta i tessuti e la pelle ad adattarsi al nuovo contorno. Inoltre, niente sole fino a quando sono presenti le ecchimosi», precisa Gennai. Il grasso eliminato con la liposuzione non si riforma più, ma l'intervento non va considerato un'alternativa alla dieta e al movimento. «L'addominoplastica, eseguita in anestesia generale e con un ricovero di una-due notti, invece, è la soluzione chirurgica quando l'eccesso cutaneo è notevole e la pancia assume il tipico "effetto a grembiule", come succede, ad esempio, dopo gravidanze o forti dimagrimenti», dice Rosati, «tecnicamente si esegue un'incisione sopra il pube fino alle fosse iliache e, al bisogno, una seconda incisione intorno all'ombelico, per rimuovere la pelle in eccesso e riposizionare le fasce muscolari. Se il ventre è anche prominente, si procede preliminarmente con una liposuzione, per eliminare il grasso», spiega ancora Rosati. Nel post operatorio occorre indossare una guaina contenitiva e osservare un periodo di riposo per almeno due settimane. Niente sole per circa 3 mesi. La medicina estetica (biostimolazione, radiofrequenza) è utile a contrastare la perdita moderata di tono cutaneo. © RIPRODUZIONE RISERVATA La chirurgia estetica passa per due tipi di interventi: liposuzione, addominoplastica INFOGRAFICA PAULA SIMONETTI

Claudia Bortolato

### TOPIC CORRELATI

#### PERSONE

alessandro gennai (1)  
 claudie chauchard (1)  
 il professor piero rosati (1)  
 paula simonetti (1)

#### ENTI E SOCIETÀ

associazione italiana chirurgia plastica estetica (1)  
 dell'american society for aesthetic plastic surgery (1)

#### LUOGHI

ferrara (1)  
 louisville (1)  
 stati uniti (1)

#### TIPO

articolo

FINO AL

**30%**

DI SCONTO

SULLE PRENOTAZIONI ANTICIPATE

**E PER I GENITORI**

**PRENOTA ORA**

