



Katarzyna Nadolna
dyrektorka generalna w firmie ITP S.A.
www.itpsa.pl

Czy najnowsze zabiegi wyszczuplające i usuwające cellulit zawsze działają?

Tak, o ile pacjent stosuje zdrową, zbilansowaną dietę. To najważniejsze w procesie kształtowania sylwetki. Podobnie jak aktywność fizyczna. Mówiąc o aktywności, wcale nie mam na myśli wyczerpujących treningów na siłowni, ale wprowadzenie małych zmian w codziennym życiu, wystarczą spacery z psem, wchodzenie po schodach zamiast jeżdżenia windą, aktywna sobota zamiast leniuchowania na kanapie. Ruch jest niezbędny, bo pomaga wydalic z organizmu rezerwy tłuszczu i zbędne produkty przemiany materii, które zostały uwolnione podczas zabiegu.

Dosyć wysoka cena tych zabiegów nie odstrasza. Dlaczego coraz więcej osób z nich korzysta?

Są one sposobem na spełnienie marzeń o idealnej sylwetce. Oczywiście wymarzoną figurę można też uzyskać w inny sposób – stosując odpowiednią dietę i intensywnie ćwicząc przez wiele godzin w tygodniu. Kto jednak ma na to czas? Niewiele osób jest w stanie podporządkować całe swoje życie walce o idealnie proporcjonalną sylwetkę. Zabiegi sprawdzają się doskonale, gdy mamy problematyczną budowę ciała. Przykładem może być tzw. gruszka, czyli sylwetka z masywnymi udami i pupą. Kobieta o takiej figurze, jeśli chudnie, traci tkankę tłuszczową równomiernie – także z twarzy, dekoltu, szczupłych ramion. W rezultacie góra jej ciała będzie wyjątkowo szczupła, a dół nadal pozostanie masywny. My za pomocą zabiegów

„pokazujemy” organizmowi, skąd ma pobierać rezerwy tłuszczu. Jesteśmy w ten sposób kreatorami własnych sylwetek.

Jaki jest najskuteczniejszy zabieg wyszczuplający?

Jesteśmy różni, na każdego zadziała coś zupełnie innego. Osobiście jestem fanką endermologii. To zabieg, który stymuluje skórę i pobudza komórki tłuszczowe do opróżniania zawartości. Warto nim zaatakować ciało intensywnie i przez pierwszy miesiąc wykonywać co najmniej dwa, trzy zabiegi w tygodniu. Później ich liczbę można zmniejszać. A gdy uzyska się upragnione kształty, wykonywać przynajmniej jeden w miesiącu, by pobudzać pamięć komórek. Bardzo ważne jest, aby po endermologii być aktywną fizycznie, a więc iść na trening po zabiegu. Endermologia to podstawa modelowania ciała, warto ją łączyć z innymi procedurami.

Mamy tendencję do zatrzymywania wody. To, co wydaje się tkanką tłuszczową, czasem jest opuchlizną.

Do takich kobiet należę również ja. Przetestowałam na sobie najskuteczniejsze rozwiązanie. To zabieg falą akustyczną i wibracyjną Storz, najlepiej w połączeniu z endermologią. Efekty są spektakularne!

Jak działają najnowsze zabiegi wyszczuplające?

Onda – bo o nim mowa – zmienia rynek zabiegów antycellulitowych i wyszczuplających. Aż 80 proc. energii z urządzenia gromadzi się tylko w tkance tłuszczowej, ponieważ technologia „nie widzi” innych tkanek, więc ich nie uszkadza. W połączeniu z endermologią usuwa nawet zwłókniały cellulit. Zabieg jest przyjemny, a na efekt trzeba poczekać miesiąc. Z kolei urządzenie Accent Prime, którego technologia opiera się na ultradźwiękach i falach radiowych, uszkadza komórki tłuszczowe i ujędrnia skórę. Ważne jest to, że w przypadku obu zabiegów działanie niszczące tłuszcz jest udokumentowane. Takiego działania brakuje wielu zabiegom modelującym, choć komunikuje się, że je posiadają. To samo dotyczy endermologii, nie każda jest oryginalna i nie każda działa. Aby nie wyrzucić pieniędzy w błoto, warto się upewnić przed zabiegiem, że korzystamy z tej jedynej oryginalnej francuskiej firmy LPG.

Jakie jeszcze zabiegi mogą nam pomóc w kształtowaniu figury?

Te, które stymulują mięśnie. Należą do nich Maximus Legend, technologia DMA, tripolarny RF. Świetnie sprawdzą się u pań, które chcą podnieść pośladki i wymodelować brzuch. Nie niszczą one komórek tłuszczowych, ale zmniejszają ich objętość.

Jak wybrać dla siebie najlepszy zabieg?

Trzeba wybrać dobry gabinet, z oryginalnym sprzętem i dobrym specjalistą. Ważne, aby postawił on właściwą diagnozę, bo sami często nie patrzymy na siebie obiektywnie. Warto zastosować zdrową dietę zasadową i codziennie się ruszać. ■