

Programa de tratamento para gordura localizada e celulite alinhando corpo e mente
Juliana Moreira

O corpo alcança aquilo que a mente acredita (Filomeno Metumo).

A gordura localizada é caracterizada pelo excesso de adipócitos localizados de forma desordenada em regiões do corpo, ela é influenciada pelo sexo, idade, hábitos de vida, fatores genéticos e hormonais. (BORGES e ACORZA, 2016)

O fibro edema gelóide é um distúrbio de etiologia multifatorial; sendo assim, os melhores resultados são obtidos com procedimentos variados e complementares entre si, sendo ainda muito importante a orientação da paciente para uma manutenção e/ou complementação doméstica. (GUIRRO e GUIRRO, 2004)

Nesse programa foram utilizadas duas técnicas de tratamento, de acordo com a necessidade da cliente no dia da sessão, técnica 1 (Termoterapia e Drenagem Linfática) e técnica 2 (Liberação miofascial, massagem e Ventosaterapia), associados a recursos cosméticos como a Cafeína. A Cafeína estimula a lipólise por inibir a fosfodiesterase que causa a ativação dos receptores beta-adrenérgicos, resultando em uma ação lipolítica. Indicada quando a celulite está associada à gordura localizada. (BORGES e ACORZA, 2016). Em todas as sessões realizamos técnicas de respiração, alongamentos e a PNL.

Estudo de caso: Cliente do sexo feminino, 30 anos, mãe. Na pandemia perdeu o emprego, passou por um quadro de ansiedade onde ocasionou para ganho de peso, hábitos de vida sedentária, não ingere muita água, não faz uso de cosméticos, histórico clínico saudável, sem contraindicação para o tratamento. Queixa principal: Ganho de peso, gordura localizada na região abdominal, flancos, culote e interno de coxa, pele desvitalizada e desidratada, celulite grau IV na região da coxa, culote e glúteo.

Plano de tratamento: Entendi que quando conseguimos equilibrar e relaxar a nossa mente conseguimos resultados incríveis para o nosso corpo, utilizando técnicas e ativos corretos. Com o objetivo de ajudar a cliente no processo de emagrecimento (com uma equipe multidisciplinar e a PNL) e a perda da gordura localizada, melhorando o aspecto da celulite, promovendo maior hidratação para esse tecido, proporcionando também o relaxamento do corpo e da mente.

Tratamento proposto: Foram feitas 10 sessões, 3x por semana, intercalando os dias (segundas, quartas e sextas). Foram realizadas, terapias manuais (drenagem linfática), liberação miofascial, ventosaterapia, manta térmica, técnicas de alongamento e respiração, e técnicas da PNL, no intuito de trabalhar a mente para alcançar o resultado que deseja. Os cosméticos utilizados a fim de potencializar os resultados: Loção higienizante com extrato de calêndula e menta, creme esfoliante com chá verde e gengibre, óleo vegetal de lavanda, argila verde, sal e líquido para bandagem, creme com cafeína, ginkgo biloba, arnica, centella asiática, cavalinha e gengibre, gel de contato potencializador com laranja amarga, chá verde, gengibre e L-carnitina, melange hiperemiante com nicotinato de metila, cafeína, centella asiática e cavalinha. Como proposta, o home care utilizado, uma melange com cafeína, gengibre, castanha da índia, centella asiática e cavalinha e o Gel crioterápico com mentol, cânfora e cafeína.

Resultados obtidos: O programa de tratamento promoveu a perda da gordura localizada, perda de peso, melhora do aspecto da celulite, diminuição dos quadros de ansiedade, fazendo com que a cliente se sentisse mais segura com ela mesma com a finalidade de trazer relaxamento para a mente que influencia em todo o corpo.

...você deve ter objetivos claros que o ajudem a alcançar os resultados que deseja. (ALLEN, STEVE, 2015).

Fibro edema gelóide, os melhores resultados são obtidos quando o corpo é submetido a um tratamento que recupere a saúde e não que vise somente a eliminação da afecção estética. (GUIRRO e GUIRRO 2004).



REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

ALLEN, Steve. **Reprograme seu cérebro com PNL**. 2ª edição. [s.l.]: [s.n.], 2015.

BORGES, Fábio; SCORZA, Flávia. **Terapêutica em Estética Conceitos e Técnicas**. São Paulo: Phorte editora, 2016.

GUIRRO, Elaine; GUIRRO, Rinaldo. **Fisioterapia Dermato-Funcional**. 3ª edição. São Paulo: Editora Manole, 2004.

HAY, Louise. **Você pode curar sua vida**. São Paulo: EDITORA BEST SELLER, 2018.

KRUPEK, Tuane, costa, Cecília Edna. **Mecanismo De Ação De Compostos Utilizados Na Cosmética Para O Tratamento Da Gordura Localizada E Da Celulite**. Revista Saúde e Pesquisa, v. 5, n. 3, p. 555-566, set/dez, 2012.

MILLER, Roberta. **Massagem psíquica**. São Paulo: Summus editorial, 1979.

NEVES, Mariana. **Nutrição Estética e Nutricosméticos**. [s.l.]: Editora AS Sistemas, 2015.

SANTI, Erika. **Dicionário de Princípios Ativos em Cosmetologia**. São Paulo: ORGANIZAÇÃO ANDREI EDITORA LTDA. 2003.

TASSINARY, João. **Celulite, tratamento e fisiopatologia**. Transformando a estética através da ciência por João Tassinary, 2021. Disponível em: <<https://joatassinary.com.br/celulite-tratamentos-e-fisiopatologia/>>. Acesso em: 10, set, 2021.