



# Pobudka dla skóry

*Niezależnie od tego, czy masz 25, 35 czy 50 lat, twoja skóra, a dokładniej znajdujące się w niej fibroblasty, potrzebują wsparcia i impulsów, by funkcjonować jak najlepiej. Bo to właśnie one odpowiadają za syntezę kolagenu i elastyny. Jak skutecznie pobudzić fibroblasty do działania? Na to pytanie odpowiada ekspert, Katarzyna Nadolna.*

#### *Jak pobudzić fibroblasty do intensywnej pracy?*

Najłatwiej zrobić to za pomocą mechanicznego pobudzenia, czyli endermologią LPG twarzy. Fibroblasty to komórki z natury bardzo leniwe, które z wiekiem jeszcze bardziej się rozleniwiają i w dodatku ich ilość maleje. A przecież ich zadaniem jest synteza włókien kolagenowych, czyli sprawa kluczowa dla pięknego i młodego wyglądu naszej skóry. I tutaj właśnie wkracza endermologia, która pobudza uśpione fibroblasty do bardziej intensywnej pracy. W skórze automatycznie zaczynają być produkowane kolagen i elastyna, a także naturalny kwas hialuronowy. Dlatego poprawia się nie tylko elastyczność skóry, lecz także jej nawilżenie, mimo że w czasie zabiegu nie ma przecież żadnego nawilżenia zewnętrznego. W ten sposób spowalniamy proces starzenia się.

#### *Endermologia wielu osobom kojarzy się jednak przede wszystkim z zabiegami na ciało...*

To prawda. Endermologia to bardzo ciekawy temat, bo i ta na ciało, i ta na twarz ma taką samą technikę działania. To jest tzw. mechanostymulacja, czyli stymulacja komórek za pomocą siły mechanicznej. Wiele osób mogłoby powiedzieć, że może to tylko efekt placebo, ale nie! Mamy na to nawet badania kliniczne. Przy takiej nieinwazyjnej technice okazuje się, że jeśli będziemy pracować z odpowiednią częstotliwością i na odpowiedniej głębokości, stymulując skórę jednocześnie mechanicznie i za pomocą delikatnego zasyssania, to efekty będą doskonałe. Jednak trzeba pamiętać, że nie jest to zabieg na raz. Bo jeśli chcemy mieć dobry efekt, należy ćwiczyć w ten sposób skórę regularnie.

#### *Jak często w takim razie należy wykonywać zabiegi?*

Seria podstawowa to 10 zabiegów wykonywanych dwa razy w tygodniu. Potem, by utrzymać efekt stymulacji i uzyskane rezultaty, najlepiej przeprowadzać go regularnie raz w miesiącu. Dlaczego? Bo naszym komórkom trzeba przypominać, żeby właściwie pracowały. I moim zdaniem właśnie ta regularność jest nawet ważniejsza niż seria! Zdecydowanie lepiej jest więc potem robić jeden zabieg co miesiąc, niż zdecydować się nawet na dwie serie w ciągu roku.

#### *Kiedy warto zacząć w ten sposób ćwiczyć skórę?*

Momentem kluczowym w zapobieganiu procesom starzenia się jest wiek 25 lat, bo wtedy obserwujemy duży spadek kolagenu, a chcemy przecież utrzymać go na jak najwyższym poziomie. I tutaj pomaga endermologia LPG wykonywana zaledwie raz na dwa, trzy miesiące. Nie częściej. Zabiegi są zresztą bardzo przyjemne i, co nie jest bez znaczenia, krótkie – od 15 do 45 minut. Łatwo więc znaleźć na nie czas nawet bardzo zapracowanej osobie. Można też umawiać się jednocześnie na endermologię na twarz i na ciało.

#### *Jakie programy mamy do wyboru?*

Wgranych jest kilkanaście, ale najpopularniejsze programy to te modelujące owal, ujędmiające, rozświetlające czy usuwające obrzęki, także wokół oczu. Są one zaprojektowane tak, że samo urządzenie dostosowuje siłę zasyssania do danego obszaru i pokazuje operatorowi, w których miejscach oraz jak długo powinien przykładać głowicę. Można je także ze sobą łączyć.

#### *To bardziej metoda zapobiegania starzeniu się skóry czy daje też efekty, na przykład widocznego uniesienia owalu?*

To zależy. Jeśli zrobimy intensywną serię, możemy mieć świetny efekt cofnięcia skutków starzenia się. Ale endermologia zawsze będzie działała dwutorowo, więc jednocześnie będzie też zapobiegać dalszej degradacji kolagenu w skórze.

#### *Komu jest polecany?*

To doskonały zabieg dla kobiet i mężczyzn, którzy chcą się starzeć naturalnie, boją się nienaturalnego wyglądu po innych zabiegach. Co ważne, można stosować go także z innymi procedurami medycyny estetycznej – nie ma tutaj żadnych przeciwwskazań. Będzie ich doskonałym uzupełnieniem, bo działa na kondycję skóry. Polecamy go nawet przed liftingiem chirurgicznym i po nim, szczególnie że endermologia przyspiesza gojenie i leczy blizny! ■



Nasz ekspert:  
**KATARZYNA NADOLNA**  
dyrektor generalna ITP SA  
[www.itpqa.pl](http://www.itpqa.pl)