

**T**ra il 16 e il 18 luglio si è tenuta a Roma la quarantaduesima edizione del Congresso SIME (**Società Italiana Medicina Estetica**), il più importante in Italia e uno dei più importanti in Europa.

**Italfarmacia ha partecipato** con tre workshop e quattro relazioni, ponendosi tra le aziende leader del settore. La mia e anche altre relazioni hanno riguardato il trattamento chetogenico; in particolare l'argomento del mio intervento è stato: *Dieta chetogenica a base di integratore aminoacidico e bassissimo contenuto di carboidrati VS dieta ipocalorica molto restrittiva per mantenere la massa muscolare durante il dimagrimento.*

A monte del trattamento chetogenico ci sono decenni di ricerche e sperimentazioni che ancora continuano! Come ho sottolineato innumerevoli volte, non basta perdere

peso; per la nostra salute e anche l'armonia della figura è necessario smaltire le adiposità localizzate, soprattutto il grasso addominale, senza intaccare la massa magra.

**Il grasso addominale o viscerale, il più rischioso**, si deposita all'interno della cavità addominale, tra gli organi interni, mentre il grasso sottocutaneo si deposita in superficie, sopra l'addome, e in altre parti del corpo. L'eccesso di grasso addominale è definito anche "obesità androide" per evidenziare l'associazione con gli ormoni androgeni, tipici del sesso maschile.

Dopo la menopausa, però, i cambiamenti ormonali determinano anche nella donna l'aumento del grasso viscerale. Oltre all'alimentazione abitualmente scorretta, le emozioni negative come l'ansia, la frustrazione e lo stress possono contribuire a far lievitare il nostro giro vita perché ci spingono a mangiare in modo sconsiderato.

**Il grasso viscerale rilascia molecole che influenzano l'appetito, il rilascio d'insulina, il metabolismo lipidico, ossia le adipocitochine.** I rischi per la nostra salute sono gravi: l'obesità addominale causa un'infiammazione generale dell'organismo con indebolimento delle difese immunitarie e predispone alla sindrome metabolica (ipertensione, iperlipidemia, steatosi epatica, aterosclerosi, diabete di tipo II), a patologie cardiovascolari e neurologiche (Alzheimer), all'osteoporosi e ad alcuni tumori.

Rimedi per tutto questo? Stile di vita sano, dieta corretta e adeguata attività fisica. Sappiamo, però, che smaltire il grasso viscerale è difficile sempre, e ancor più con il passare degli anni. Arrendersi? Assolutamente no!

**La Liposuzione alimenare con Amin 21K consente infatti di "aggreire" non solo il grasso sottocutaneo, ma anche il grasso addominale con riduzione dei livelli di in-**

# Scienza per la salute

