

GRAZIA

€ 2,00
settimanale n. 35-36
8/8/2024
Agosto 2024

CLAUDIA GERINI

Amo il mio corpo,
non ho paura
di mettermi a nudo

CLAUDIA
GERINI
52 ANNI
ATTRICE

IL SOGNO
AMERICANO
DI KAMALA
HARRIS

CATE BLANCHETT

Ragazze,
siate come lame
affilate ma non
accoltellate
alle spalle

SHARON STONE

Lasciate che
le donne parlino
di sesso



MODA

NUOVI DESIDERI

+TUTTO LO STILE DA 0 A 12 ANNI





DA SINISTRA: L'EX FIRST LADY AMERICANA MICHELLE OBAMA, 60 ANNI; LA REGINA LETIZIA ORTIZ, 51; LA CONDUTTRICE MICHELLE HUNZIKER, 47.

LA SFIDA DELLE BRACCIA

Dall'ex first lady Michelle Obama alla conduttrice Michelle Hunziker sono molti i volti noti che sfoggiano **bicipiti tonici e scolpiti**.

Dall'alimentazione all'allenamento al bisturi, il chirurgo Paolo Santanchè spiega le strategie per combattere il cedimento più odiato

di **Ilaria Piovan**

9

Un tempo si diceva che una donna, dopo una certa età, doveva smettere di salutare muovendo tutto il braccio, per evitare di mostrare quell'odiosa pelle cadente. Le cosiddette "ali di pipistrello", sono tra i segni d'invecchiamento più temuti per molte over quaranta. Bicipiti e tricipiti scolpiti sono il vanto di molti volti noti che sembrerebbero avere trovato la formula magica anche in età matura. L'ex first lady americana Michelle Obama mostra con orgoglio le sue braccia allenate. Lo stesso fa Letizia Ortiz di Spagna, apparsa accanto al marito, il re Felipe, più in forma che mai in un abito azzurro senza maniche. In Italia a dare lezioni di tonicità pensa la conduttrice Michelle Hunziker, che non ha mai fatto mistero di allenarsi in palestra con pesi e arti marziali. Sport e alimentazione sono, però, sufficienti per eliminare il problema o è necessario ricorrere a metodi più invasivi? Lo abbiamo chiesto a Paolo Santanchè, specialista in chirurgia plastica.

Da che cosa è causato l'odioso effetto "a tendina" sulle braccia, tanto detestato dalle donne?

«Spesso si verifica perché il braccio si è svuotato, ovvero i muscoli (soprattutto il bicipite e il tricipite) hanno perso buona parte del loro volume. Se si guarda il braccio tenuto orizzontale, si noterà che la linea è appiattita e ha perso la sua convessità. Prima di pensare alla chirurgia va fatta un'analisi del problema a monte. Si può pensare di agire chirurgicamente nel caso in cui il rilassamento sia causato dall'età

avanzata della paziente o da un dimagrimento, non dall'eccessiva riduzione della muscolatura».

Trattamenti poco invasivi con macchinari vari e radiofrequenza possono essere utili?

«Le vie di mezzo non servono a niente. Ci sarà una retrazione minima della cute, assolutamente insufficiente e non avremo risolto il problema all'origine: le pazienti rischiano di rimanere deluse. L'unica vera soluzione, oltre a lavorare in palestra, è il lifting delle braccia. Si rimuove chirurgicamente l'eccesso di pelle. Bisogna tenere a mente che, se si elimina l'eccesso cutaneo in un braccio privo di volume per l'ipotrofia muscolare, alla fine sarà troppo sottile, quindi avere la giusta muscolatura è indispensabile per un risultato naturale. È bene ribadire che la chirurgia arriva quando allenamento e dieta corretta hanno fallito».

Sono parecchie le donne che richiedono il lifting alle braccia? E quali sono i motivi psicologici che le spingono a sottoporsi all'intervento?

«Non sono poche le donne che lo richiedono. Il rilassamento cutaneo è legato all'idea della decadenza. C'è stato un cambiamento incredibile negli ultimi anni. Le cinquantenni di oggi sono donne bellissime e vogliono continuare a esserlo. Il mio consiglio è quello di cominciare a prendersi cura di sé da giovani e agire sui tessuti prima che sia tardi. Io sposo la filosofia del non invecchiamento più che quella del ringiovanimento». ■

© RIPRODUZIONE RISERVATA