

Bellezza

FEMMINILITÀ ED ESTETICA: COME CAMBIA IL CORPO DI UNA DONNA DOPO LA GRAVIDANZA

DOTT. IVAN LA RUSCA

Quaranta settimane, 280 giorni, 9 mesi: un tempo che serve a realizzare il sogno più bello della vita, ma anche in cui il corpo cambia. Vediamo insieme come una gravidanza modifica, in modo permanente e non, il corpo di una donna, che si prepara, durante i 9 mesi, ad essere accogliente sia durante che dopo il parto: la pancia cresce all'ingrandirsi del feto; la schiena si inclina man mano che il bimbo si fa più pesante; il seno si ingrossa sempre più proprio per tenersi pronto all'allattamento necessario per il neonato. Tutto questo, pur essendo graduale, lascia inevitabilmente il segno.

Addome basso e i fianchi: ovviamente per ospitare un feto che potrebbe raggiungere anche i 3,5kg di peso (in media), c'è bisogno di un pancione bello ampio. Per non parlare dei casi di gravidanza gemellare. Il corpo di una donna è naturalmente predisposto per affrontare questo evento ma ciò non toglie che, i chili presi in gravidanza, difficilmente vanno via da soli. Il vero problema si riscontra, però, nel momento in cui si parla di "diastasi dei retti addominali". Per quanto possa essere una condizione normalissima durante la gravidanza, se la diastasi addominale non si risolve spontaneamente entro i 4-5 mesi successivi al parto, ci si ritrova ad avere la pancia gonfia e il muscolo addominale sporgente anche nei mesi a seguire. Condizione molto frequente in parecchie neo-mamme.

Ptosi mammaria. Per quanto possa essere bello avere qualche taglia in più di reggiseno nel primo periodo, dopo l'allattamento, numerose donne hanno il "seno cadente". Questo effetto si chiama "Ptosi

mammaria" ossia un seno svuotato e cadente, reazione dovuta ad un eventuale cedimento delle ghiandole galattofore e al rilassamento cutaneo. Per non accentuare ancora di più questo inestetismo, infatti, sarebbe meglio evitare strumenti come il tiralatte, che favoriscono ancor di più il rilassamento dei tessuti mammari, gravando sull'aspetto estetico del seno.

Smagliature. Sia per quanto riguarda l'addome, che per il seno, nei 9 mesi di gravidanza i tessuti cutanei sono gradualmente soggetti a tensione e, nei casi in cui la pelle ha bassi livelli di collagene, questa si presenterà poco elastica, favorendo inevitabilmente la formazione di smagliature. Per questo motivo, è sempre bene utilizzare dei prodotti al collagene in modo da massaggiarsi laddove la pelle è più in tensione e anticipare eventuali inestetismi.

Spesso si sente parlare di depressione post-partum, una condizione di instabilità psicologica che sorge, oltre che per squilibri ormonali, anche a causa del cambiamento fisico a cui, tutto ad un tratto, una donna si deve adattare. Oltre alle nuove abitudini di vita, si aggiunge anche il non riconoscersi più e, accettare l'intrinseca irreversibilità, può non favorire la ripresa psicologica necessaria ad affrontare questa nuova vita.

La soluzione per tornare a piacersi fisicamente, si può trovare dallo specialista in Chirurgia Plastica ed Estetica. Scegliere di riappropriarsi del proprio corpo è una scelta importante e bisogna essere bene indirizzati verso l'intervento giusto da fare in modo da potersi riappropriare del proprio corpo, e della propria serenità. ■

