



1. A lipoaspiração acaba de uma vez com a celulite?

Não. A principal indicação da lipoaspiração é para gordura localizada, que é apenas um dos problemas associados à celulite. 'Em alguns casos, quando cânulas maiores são usadas, a aparência da celulite pode inclusive piorar', diz a dermatologista Dóris Hexsel.

2. Quem passa creme todo dia fazendo massagem caprichada consegue eliminar a celulite? Não. Os cremes funcionam apenas como um complemento do tratamento. Produtos que têm uma boa ação podem contribuir com, no máximo, 15% de melhora do quadro.

3. Quanto mais magra, menos celulite e mais fácil o tratamento? Nem sempre. A genética e a atividade hormonal são fatores importantes na gênese da celulite. Na maioria das vezes, as magras que sofrem com celulite têm pouca gordura no corpo, porém bem concentrada. A celulite costuma ser do tipo fibroso, duro, e resistente aos tratamentos.

4. Refrigerante dá celulite pois o gás faz a pele ficar irregular? Não exatamente. Os alimentos calóricos, incluindo os refrigerantes, favorecem o acúmulo de gordura, fator que agrava a celulite. Por isso devem ser evitados: pela quantidade de açúcar, e não por causa do gás.

5. Vegetarianas têm menos celulite do que as carnívoras? Não. 'A ingestão de proteína animal não agrava a celulite. Se mulheres com diferentes hábitos alimentares mantiverem um peso adequado e praticarem exercícios, elas podem evitar as principais causas associadas à celulite', diz o nutricionista Gil de Abreu.