

bellezza *focus*

Cosmetici riducenti, anticellulite e tonificanti disegnano una **nuova geometria del corpo**, più armoniosa e compatta, per piacersi e sentirsi bene nella propria pelle

3 problemi sotto scacco

Nei sogni delle italiane, il corpo è snello, sodo e perfettamente definito. A dirlo, è una ricerca condotta da Esthelogue (il marchio di estetica professionale presente in Italia con oltre mille centri) su un campione di 1.800 italiane tra i 18 e i 65 anni, dalla quale sono emersi gli inestetismi che le donne vorrebbero cancellare con un colpo di bacchetta magica. La cellulite, innanzitutto, cruccio di 8 donne su 10, seguita dai rilassamenti, che preoccupano il 75% delle intervistate, e dai cuscinetti localizzati, che stressano il 68% del campione. **L'attenzione è puntata sulle zone a rischio**, dove rotondità e cedimenti si presentano con maggiore facilità. La strategia per ritrovare una figura armoniosa prende le mosse dalla giusta routine cosmetica: trattamenti snellenti e formule rassodanti intervengono dove serve per ridurre, armonizzare e ricompattare il profilo della silhouette.

La cellulite

Rimane la preoccupazione principale delle donne, da affrontare con un intervento a 360 gradi

Non è invincibile

Il primo punto fermo? «La battaglia contro la cellulite non è persa in partenza, come pensano molte donne» fa presente la professoressa Gabriella Fabbrocini, docente di Dermatologia e venerologia all'università "Federico II" di Napoli.

«In realtà, l'impegno preciso e costante dà buoni risultati. Il fattore tempo, poi, gioca a favore: se si inizia a occuparsi ora del problema, è più facile arrivare all'estate con meno ansia» continua l'esperta.

Passare all'azione

Giocando sul tempo non servono formulazioni urto; è sufficiente una crema o un gel da mettere tutti i giorni, preferibilmente alla sera dopo la doccia, accompagnando l'applicazione con un massaggio delicato, dai piedi alla coscia, per stimolare la circolazione e favorire la penetrazione del prodotto.

* I principi attivi chiave contro i cuscinetti? «Centella asiatica e caffeina» spiega la professoressa Fabbrocini.

«La prima contiene elementi preziosi che contribuiscono a dare elasticità e tono alle vene, contrastando il gonfiore, mentre la caffeina stimola il drenaggio e, insieme, favorisce l'eliminazione degli acidi grassi nel tessuto adiposo» specifica l'esperta. * A questi principi attivi "classici" nella lotta contro i cuscinetti se ne aggiungono di nuovi e altrettanto efficaci, come l'estratto di mangostano dalle proprietà drenanti e, insieme, tonificanti.

L'UNIONE FA LA FORZA

La nuova tecnologia **Cellu M6 Alliance** di **LPG** abbina l'azione simultanea di un rullo e di un'aletta motorizzata per un'azione **snellente e antietà**. Combinati in un'aspirazione sequenziale, i due metodi agiscono insieme per stimolare e mobilizzare i tessuti in profondità, così da eliminare gli accumuli adiposi più tenaci e attivare la produzione di elastina, collagene e acido ialuronico per una pelle più compatta e soda. La durata del trattamento può variare **dai 10 ai 40 minuti**, così come il numero di sedute (€ 2,50 al minuto): dopo la terza si vedono già i risultati. Info: www.endermologie.com/it/nostri-centri/

1. Réponse Corps Minceur Soins Lissant Capitons Matis

L'estratto di lotus sacro attivo il drenaggio di liquidi e scorie e l'eliminazione dei grassi, l'estratto di papaya estofia, mentre il principio attivo "Bcl" stimola la produzione del collagene per una pelle più tonica (istituto, 200 ml, € 56).

2. Benex Anticellulite Erboristeria Magentina

L'ippocastano e la centella favoriscono la circolazione e il drenaggio, il mentolo regola un' immediata sensazione di fresco, fucus e caffeina riducono i depositi grassi (erboristeria, 200 ml, € 21,80).

3. B (lift) Siero Attivo Cellulite Concentrato Syrio

Pepe nero e capsico, centella, mirtillo e rusco, escina e ippocastano per favorire l'eliminazione dei liquidi, tenere sotto controllo il gonfiore e ridurre la pelle a materasso (erboristeria e farmacia, 200 ml, € 29).

4. Vita Cura Triple Action Body Contour Cream Repêchage

Agisce su tre aspetti della cellulite: migliora il profilo del corpo, aiuta a ridurre l'aspetto a buccia d'arancia dei tessuti e perfeziona l'aspetto e la condizione cutanea. Ideale per il massaggio (istituto, 236 ml, € 58).

5. Idratante Quotidiano Anti-Cellulite Yves Rocher

Naturalmente assimilato dalla pelle, l'estratto attivo di gusci di mangostano drena, frena lo stoccaggio dei grassi e rassoda (negozi monomarca; www.yves-rocher.it, 200 ml, € 14,95).



→ IL PRODOTTO SCELTO VA USATO TUTTI I GIORNI, DI MATTINA E DI SERA

viversaniebelli 33

bellezza *focus*

La pancia

È una zona difficile, si sa, sulla quale occorre agire con formule ad azione riducente, profonda e prolungata

In moto, con dolcezza

Nella ricerca condotta da Esthelogue, la pancia dei desideri è quella di Bar Rafaeli, la modella israeliana piatta anche dopo la nascita della figlia. Ma non è solo merito di madre natura. Dieta e movimento sono indispensabili per raggiungere l'obiettivo di un ventre tonico e piatto.

* Pigre? «Al posto degli addominali, si può lavorare sull'equilibrio che attiva il muscolo addominale più profondo con riflessi diretti sulla tonicità della zona» spiega Simona Musocchi, wellness coach a Milano.
* «Ecco il movimento da ripetere più e più volte al giorno: **stare immobili su una sola gamba per 20 secondi**, poi cambiare e ripetere con l'altra» insegna l'esperta.

I cosmetici controlla-grassi

«Gli snellenti agiscono con **caffaina, fosfatidilcolina e alghe** in due direzioni: attivano la lipolisi, lo smaltimento dei grassi, e frenano la lipogenesi, il deposito dei lipidi» spiega Anna Fraschini, estetista a Piacenza.
* Nuovi e pratici sono i **patch**: agiscono per otto ore per due volte alla settimana.

SOTTO SOTTO...

C'erano una volta le guaine. Adesso, gli **indumenti modellanti** sono nuovi e high tech. Il tessuto a tre strati sovrapposti del Panty Corsaro Slimagra di Sanico, per esempio, **produce un aumento di due-tre gradi della temperatura corporea**, favorendo la lipolisi (farmacia, ortopedia e sanitaria, € 69,90). Diversa, invece, è la modalità d'azione del Leggings Snellente Lytess (farmacia, ortopedia e sanitaria, € 59,90), che tra le sue fibre **racchiude milioni di microcapsule** del Siero Snellente Urto, che vengono rilasciate a poco a poco mentre si fa sport o, semplicemente, si cammina.

1. Deep Impact F Rimodellante Addome e Fianchi

Iodase
Con la fosfatidilcolina e il Fucus snellisce, con edera, spirea e Alga chondrus drena i liquidi e le scorie, con betaglucano, jojoba e karité aiuta a dare tono ai tessuti cutanei (farmacia ed erboristeria, 220 ml, € 35).

2. Trattamento Patch Rimodellante Pancia e Fianchi

Collistar Speciale Corpo Perfetto
Il patch rilascia gradualmente caffeina, garcinia cambogia e ginkgo biloba per un'azione riducente e rassodante che dura per otto ore. Si usano due cerotti alla settimana (profumeria, 8 cerotti, € 40,90).

3. Ananas Cell Crema Pancia e Fianchi Superattiva Giorno e Notte

L'Erbolario
Ananas e caffeina, guaranà e semi di ippocastano, corteccia di frassino e acidi grassi omega 3 e 6 per agire in modo intensivo contro i cuscinetti localizzati e levigare la zona (erboristeria, 150 ml, € 24).

4. Body-Slim Ventre & Taille

Lierac
Un concentrato multiazione mirato contro il grasso addominale con Wtb system, Lipo-reverse ed estratto di alga bruna che, insieme, affinano e rendono più tonica la pelle (farmacia, 100 ml, € 34).

5. Concentrati Puri Adipo-Capture

Incarose
Un siero concentrato, leggero, subito assorbito, con estratto di drosera, escina e caffeina: con il pratico applicatore a gocce permette un'azione riducente mirata (erboristeria, 200 ml, € 32).



→ LE REGOLE PER RESTARE IN FORMA SONO: MANGIARE BENE, FARE MOVIMENTO

I cedimenti

Se la struttura elastica cede, il profilo della figura a poco a poco perde definizione. Parola d'ordine: risollevarre

Soluzioni combinate

Interno coscia, interno braccia, ma anche glutei e décolleté. «Dove la pelle è sottile e il nutrimento scarso, i cedimenti sono un pericolo reale» spiega la professoressa Fabbrocini. «A tavola sono indispensabili le **proteine** di carne, pesce, uova e legumi, che rinforzano l'impalcatura di sostegno della cute» spiega la dermatologa.

★ **Attenzione anche a bere almeno un litro di acqua al giorno** per evitare la disidratazione che toglie elasticità alla cute. Le classiche **spugnature fredde** rimangono un ottimo sistema per dare tono e compattezza ai punti critici. «Si possono fare

durante la doccia, passando il getto freddo dalle ginocchia all'inguine, o con una spugna immersa in un catino con acqua e ghiaccio» suggerisce l'estetista.

Rinforzare le fibre

I rassodanti fanno la loro parte. «Idratano a lungo e in profondità con l'**acido ialuronico**. Nutrono con **oli, burri vegetali e acidi grassi**, ristrutturando il mantello idrolipidico di protezione. Rafforzano e proteggono le fibre elastiche con **sostanze naturali**, come bava di

lumaca, alghe, peptidi ed estratti vegetali, tipo quello di erica e di zenzero. Con vitamine e antiossidanti arginano la perdita di tono» specifica il dottor Luigi Rigano, cosmetologo e direttore di Ispe (Institute of skin and product evaluation).

*Servizio di Alberta Mascherpa.
Con la consulenza della professoressa Gabriella Fabbrocini, docente di Dermatologia e venerologia all'università "Federico II" di Napoli; di Simona Musocchi, wellness coach a Milano; di Anna Fraschini, estetista a Piacenza; del dottor Luigi Rigano, cosmetologo e direttore di Ispe (Institute of skin and product evaluation).*

1. Body Slim Crema Rassodante Euphidra

Pantenolo per riportare a livelli ottimali il tasso di idratazione, caffeina che drena e dà tono, xilitolo che rinfresca, in una formulazione delicatissima, adatta anche alle pelli sensibili (farmacia, 200 ml, € 24,50).

2. Eau Thermale Baume Fondant Corps Uriage

Ricca e corposa, offre 24 ore di idratazione, grazie alla combinazione di acqua termale di Uriage, acido ialuronico, burro di karité, erica e bacche (farmacia, 200 ml, € 18,40).

3. Body Refirm Stretch Oil Biotherm

Una potente alga rassodante e una ricca texture in olio, che nutre e ripara all'istante, rinforzando la struttura elastica della pelle per prevenirne il cedimento (profumeria, 125 ml, € 39,50).

4. Defence Body Lifting Crema Rassodante Anti-Età BioNike

Il complesso Rejuvenate Sgfm stimola i fattori di crescita della pelle e aumenta la produzione di fibre elastiche, per rendere più compatta e "liftata" la cute, anche sensibile e intollerante (farmacia, 200 ml, € 35,90).

5. Crema Corpo Rassodante Intensiva Naturaverde Bio

La bava di lumaca al 10% aiuta a rendere la pelle più compatta e forte, rigenerandola e rivitalizzandola; completano la formula zenzero e caffeina (grande distribuzione, 250 ml, € 15,10).

PER TONIFICARE

Per restituire armonia alla figura, i centri Esthelogue propongono il trattamento Ico-one, che **combina l'aspirazione a vuoto frazionata alla fotostimolazione laser** per migliorare il microcircolo, riossigenare i tessuti e stimolare le cellule (fibroblasti) con un effetto rassodante e riducente dei cuscinetti e della pelle a buccia di arancia. Le proposte vanno da quelle che contrastano i cedimenti a quelle che alleggeriscono le gambe. Il numero di sedute (da 70 € l'una) per ridefinire la silhouette varia in base al problema: già dopo cinque si notano i miglioramenti. Per info: www.esthelogue.com.



DO E SEGUIRE I TRATTAMENTI ESTETICI A CASA E, QUANDO SERVE, IN ISTITUTO