

REMISE EN FORME ULTIMA OCCASIONE

Manca poco alla partenza e la linea lascia ancora a desiderare? Niente paura: la sinergia tra tecniche e cosmetici (e la costanza) aiuta

di Paola Occhipinti

SOLTANTO L'IDEA DI METTERVI IN COSTUME vi fa rabbrivire? Non perdetevi tempo: tre settimane sono sufficienti per correre ai ripari, grazie a tecnologie mediche sempre più sofisticate e alleati cosmetici performanti: dal rotolino sull'addome, ai tricipiti troppo morbidi.

Rotolini addio Si chiama Exilis ed è un nuovo dispositivo medico che associa radiofrequenza monopolare e ultrasuoni ad alta frequenza per rassodare e per ridurre le adiposità localizzate (addome, fianchi). «In pratica» spiega Luca Fioravanti «è un programma che sfrutta le onde radio e gli ultrasuoni per riscaldare in modo sicuro e indolore la pelle e il tessuto sottocutaneo. L'associazione di energia termica ed energia micromeccanica agisce su due fronti: da un lato riduce il numero di cellule adipose, dall'altro rafforza la rete di collagene migliorando la lassità strutturale della pelle». Sedute? Da 4 a 6 (20 minuti l'una), costo da 200 a 300 euro. Info: lucafioravanti.it

Rimodellare please! Collaudata da parecchi anni, la carbossiterapia resta uno dei trattamenti più validi per combattere la sensazione di pesantezza alle gambe, ritenzione idrica e cellulite. «Consiste nella somministrazione sottocutanea di anidride carbonica medicale» spiega la dottoressa Maria Gabriella Di Russo, specialista in Idrologia Medica. «È una terapia priva di tossicità ed effetti collaterali, indicata per cellulite di vecchia data, con edemi, noduli e pelle a buccia d'arancia provocati dall'alterazione del microcircolo. Dà buoni risultati nell'interno coscia, sulle ginocchia e le caviglie. Iniettata nelle zone

interessate, l'anidride carbonica svolge una duplice azione: da un lato favorisce la vasodilatazione, facendo scorrere nuovamente il sangue nei capillari, dall'altra aumenta il drenaggio veno-linfatico e contribuisce alla rottura delle cellule adipose in eccesso. Una seduta dura dai 10 ai 20 minuti e ha un costo di 100 euro circa». Sono necessarie almeno sei-otto sedute, ma già dopo un paio di trattamenti le gambe sono più leggere, i cuscinetti ridotti e la pelle è più compatta. Info: mariagabrielladirusso.it

Braccia toniche Se il vostro problema è il rilassamento del tricipite potrete trarre beneficio dalla omoenergetica che sfrutta il metodo Tecar, utilizzato in ambito sportivo e fisioterapico. «È un macchinario» spiega Elisabetta Ciancio, estetista professionista dell'istituto Istar «che, trasferendo al corpo energia biocompatibile, stimola il collagene ed elastina e dona un effetto tensore dovuto all'incremento del microcircolo e all'ipervascolarizzazione degli strati profondi del derma». Una seduta richiede 30 minuti e costa 40 euro. Per una pelle più compatta e levigata ne occorrono almeno otto. Info: tel. 02.73952938.

La dieta sfiacca? Per affrontarla meglio, evitando nervosismo, può essere d'aiuto un integratore alimentare specifico come Active Phase di Inneov che contiene vitamina B3 specifica per ridurre la stanchezza. Nella formula, un mix di Lactobacillus LPR (favorisce l'equilibrio della flora intestinale) e vitamina B8 (contribuisce al normale metabolismo energetico). Unica controindicazione: allattamento e gravidanza. Inoltre, sul sito inneov.it, i consigli (e i trucchi) degli esperti in nutrizione, fitness e bellezza. ●



Laurent Darmon / Think Archive / Contrasto



1. Celludestock Expert: nuovo applicatore lipomassaggiante dotato di tre testine (in grado di facilitare la ginnastica dei tessuti) e formula con una potente coppia di attivi: la caffeina pura al 5 per cento e il lipocidine, un flavonoide vegetale estratto dal fiore del loto. Vichy 37 €, in farmacia.

2. Defence Body Anticellulite, crema-gel dalla delicata texture, stimola la microcircolazione capillare facilitando il drenaggio dei liquidi. Si massaggia sulle zone con movimenti circolari. BioNike 49,75 €, in farmacia.
3. Con potenti estratti (gambo di ananas, corteccia di frassino, semi

d'ippocastano, acido linoleico, carnitina, ceoleus, caffè verde), **Ananas Cell Crema corpo Superattiva** contrasta e riduce gli inestetismi. L'Erbolario 28 €.
4. Trattamento Corpo Modellante Q10 modella e rassoda glutei, pancia e gambe e migliora l'elasticità cutanea. Nivea 11,50 €.



1. Perdita di tono ed elasticità? **Lift Effect Seno**, con BioToneup-Complex, svolge un'azione tensiva (con le proteine del grano idrolizzate), migliora l'elasticità (con l'estratto di Kigelia africana) e lifta (con polisaccaridi di origine marina). Somatoline Cosmetic 29 €, in farmacia.

2. **Modellante Intensivo Pancia** contrasta la perdita di compattezza della pelle e tiene sotto controllo gli accumuli adiposi su pancia e girovita. Pupa Milano 25,50 €.

3. Gonfiore e tessuti rilassati? **Codigen Crema Anticellulite** è un valido alleato: riduce il deposito dei grassi, drena tossine e fluidi

e riattiva la circolazione cutanea, grazie agli estratti di roscò e noce di cola acuminata. Si applica due volte al giorno. 49 €.

4. **Gelée Fondante minceur et fermeté** è un gel fondente ricco di caffeina (drena e riduce) e di un estratto di alghe che rimodella la silhouette. Sephora 30 €.