

🕒 12/05/2016

BELLEZZA VISO E CORPO PIEDI

Piedi in primo piano

Vuoi piedi bellissimi da sandalo very cool (e ovviamente con tacco 12)? Ecco i consigli della specialista



di Maria Gabriella

Di Russo

f CONDIVIDI

🐦 TWEET

p PIN

✉ E-MAIL

I PIÙ LETTI



Getty

Piedi perfetti sono un must non solo per l'estate, ma per tutto l'anno.

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Perché il loro benessere è anche il tuo: cammini meglio e tutto il corpo, schiena compresa, ne beneficia. Ecco come muoverti.

Dritte fai da te per piedi perfetti

- 1. A fine giornata li senti gonfi e doloranti?** Fai pediluvi con sale marino o estratto di camomilla: entrambe hanno un effetto lenitivo e aiutano a regolare la traspirazione.
- 2. Una volta a settimana fai uno scrub** per eliminare le cellule morte: mixa 2 cucchiaini di sale grosso a 1 cucchiaino di miele, 1 cucchiaino di olio e il succo di mezzo limone. Passa bene sul dorso e sulla pianta, poi sciacqua.
- 3. Dopo la doccia o il bagno, massaggiati con creme a base di fitoestratti specifici ad azione sinergica (X-Solve®, retinolo, vitamina C ed E, ginkobiloba, meliloto, ippocastano, rusco e centella).** In questo modo riduci il gonfiore, elimini il ristagno di liquidi, neutralizzi i radicali liberi con una azione antiossidante, rinforzi e dai elasticità ai capillari. Dopo il massaggio distenderti con le gambe sollevate, in modo che i piedi che i piedi siano più in alto del capo, per almeno un quarto d'ora.

PIÙ POPOLARE

La medicina estetica per avere piedi perfetti

Forse non ci hai mai pensato, ma anche **piedi risentono del fotoaging, dei microtraumatismi che devono sopportare nel corso della loro vita e dello stress da tacchi alti.** Tutti questi fattori possono causare una serie di modificazioni a livello del dorso: aspetto scarno, assottigliamento della cute, riassorbimento del grasso sottocutaneo, evidenza di vene e tendini.

Il trattamento doc consiste in un **protocollo personalizzato** che unisce un chemoesfoliante superficiale per la zona ipercheratosica del dorso del piede, a base di soluzione di Jessner, e un trattamento iniettabile (microiniezioni intradermiche di un acido ialuronico più complesso dermoristrutturante, che permette l'idratazione profonda e la ristrutturazione del derma).

Con il chemoesfoliante si tratta l'epidermide stimolando il turn over della pelle, si contrastano le discromie e i danni da photoaging, migliorando la texture e la levigatezza. E' un peeling dermo-compatibile, di tecnologia enerpeel, in soluzione già pronta che si presenta in ampolline monouso su cui viene applicato come cappuccio un pennello.

Con il dermoristrutturante si tratta il derma creando un equilibrio idrodinamico nella pelle, che porta idratazione, turgore e compattezza.

Il protocollo si avvale di sedute di peeling alternate a sedute con trattamento iniettabile cadenzate in maniera diversa a seconda del grado di invecchiamento della cute dei piedi.

Maria Gabriella Di Russo, idrologa e medico estetico

RELATED ARTICLE

Vuoi avere anche tu un décolleté alla Kate Upton? Segui le dritte dell'esperta



COSA NE PENSI?

COSMO
CONSIGLIA

01 Feticismo del piede:
tu la conosci la
classifica...

02 Missione piedi
perfetti: i prodotti
must-have

03 Intervista a Clio Make
Up

04 pediluvio
antimicotico all'aceto

ABBONATI SUBITO



Ti aspetta nella [versione cartacea](#) e nella [versione digitale](#) per smartphone, tablet, pc e mac

ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER

Ricevi le news, i tutorial di bellezza e i consigli di moda Cosmopolitan.it ogni settimana direttamente sulla tua e-mail

[Registrati subito](#)

ALTRI DA

BELLEZZA