



CORPO

TERAPIE D'URTO A PROVA DI BIKINI

di Laura D'Orsi ha collaborato Michele Mereu

Dai cosmetici bruciagrassi agli impacchi drenanti.
Dal laser che elimina (per sempre) il superfluo
alle strategie push up. I trattamenti estetici da
fare ora in vista dell'estate

BELLEZZA

In istituto

LUCE PULSATA PER UNA PELLE LISCIA

Stanca di essere schiava di rasoio e ceretta? La soluzione che fa per te è la luce pulsata. Da fare subito. Per un risultato ottimale, infatti, ci vogliono 8-10 sedute da eseguire nell'arco di 4-5 mesi e quando la pelle non è abbronzata.

Come agisce «L'apparecchio utilizzato emette flash di luce (a intensità elevata, ma di breve durata) che si trasformano in energia termica e vanno ad agire direttamente sul bulbo pilifero, atrofizzandolo» spiega Sandra Cozzolino, estetista. «Tranquille, non danneggia pelle e tessuti perché il bersaglio è la melanina del pelo.

E comunque va eseguita solo quando la pelle non è abbronzata in modo da non rischiare arrossamenti».

Un consiglio L'abbinata ideale per la riuscita della fotoepilazione è pelle chiara e peli scuri. Quelli biondi infatti contengono poca melanina e la luce pulsata non li "prende".

Il costo Da 50 euro circa a seduta.

MASSAGGI HI-TECH PER MODELLARE LA SILHOUTTE

Se hai bisogno di sgonfiare la silhouette, un ciclo di massaggi è l'ideale. Per ottenere anche effetti drenanti funzionano molto bene quelli meccanici come i protocolli *Lpg Endermologie* o *Endosphere*. (che puoi fare in tutta Italia).

Come agiscono Sulle zone da trattare, l'estetista passa speciali manipoli dotati di rulli o sfere che oscillano, vibrano e comprimono i tessuti, con effetto rimodellante. In alcuni casi l'apparecchio crea anche l'effetto vacuum: la pelle viene sollevata e aspirata, così il massaggio diventa più profondo e ha un'azione mirata sui ristagni linfatici.

Un consiglio Già dopo la prima seduta puoi notare un effetto drenante e le gambe leggere, ma se cerchi più tono muscolare sono necessari almeno 10 trattamenti, meglio se a cadenza settimanale.

Il costo A partire da 70 euro circa a seduta.

FANGHI PER TONIFICARE IL CORPO

«Quelli salsobromoiodici, sono il plus per migliorare l'estetica di cosce e glutei, soprattutto in caso di mancanza di tono» suggerisce Maria Gabriella Di Russo, specialista in idrologia medica.

Come agiscono «A base di argilla e acqua termale, con l'aggiunta di ingredienti come oli essenziali e fitoestratti vengono applicati caldi, a una temperatura di circa 40 gradi, perché così attivano la circolazione». L'ideale è effettuare un trattamento alla settimana per 2 mesi.

Un consiglio Per un'azione più intensa, puoi alternare gli impacchi in istituto con quelli a casa, utilizzando fanghi a base di alghe.

Il costo Intorno ai 40-50 euro, massaggio finale compreso.



PH.FLORIAN SOMMET

121173



**L'EPILAZIONE
A LUCE PULSATA VA ESEGUITA
SOLO QUANDO LA PELLE
NON È ABBRONZATA**

A CASA

mix drenanti



1. Body-Slim Concentrato Crioattivo di **Lierac** (43,90 euro, in farmacia) contiene caffeina al 10% e contrasta le adiposità localizzate. 2. Grazie agli estratti naturali rassodanti e al burro di karité, Crema Corpo Intelligente di **Korff** (25 euro, in farmacia) migliora l'aspetto della pelle. 3. Bodydea di **Ten Science** (56 euro, in istituto) agisce sulle zone critiche con un cocktail rassodante e bruciagrassi.
4. Con estratti di alghe e caffeina, Snellente 7 Notti Ultra Intensivo Gel Fresco di **Somatoline Cosmetic** (34,50 euro, in farmacia), mentre dormi, migliora il microcircolo e favorisce l'eliminazione di liquidi e tossine in eccesso.

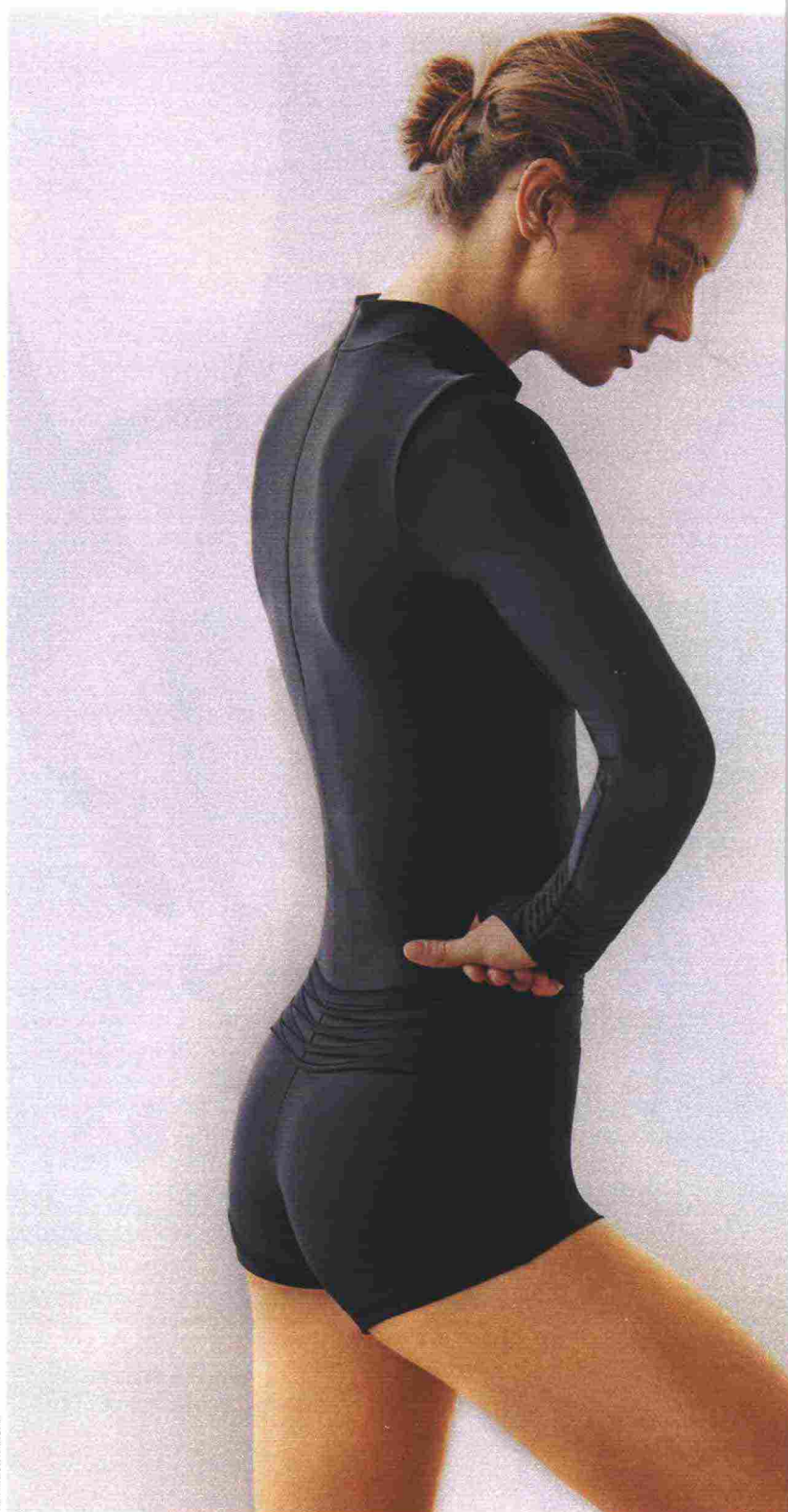
A CASA

formule zero difetti



1. Con il suo effetto camouflage, Defence Cover Fondotinta Correttore Corpo di **Bionike** (35 euro, in farmacia) è l'ideale per coprire capillari e venuzze. 2. Mousse Idratante Anti-Ricrescita di **Yves Rocher** (12,95 euro) ritarda la comparsa dei peli dopo la depilazione. 3. BB Cream Incarnato Uniforme di **Biopoint** (14,90 euro) ha una formula idratante e racchiude microcapsule di pigmenti che illuminano e uniformano il colorito. 4. Body Retexturing Treatment di **Skinceuticals** (67 euro, in farmacia), con la sua doppia azione esfoliante e idratante, rende la pelle liscia e levigata.

PHILIPPECK HANDEK



121173

Dal medico

3 TIP PELLE PERFETTA

1

Non aspettare la prova costume! Creme snellenti e anti buccia d'arancia vanno utilizzate da subito. Con un'applicazione costante: 2 volte al giorno per almeno 2 mesi.

2

Aggiungi alla tua beauty routine un massaggio con un attrezzo specifico, come quelli dotati di rulli. Stimolano la circolazione e il drenaggio linfatico.

3

Non dimenticare di eseguire uno scrub settimanale: elimina cellule morte e impurità e regala un colorito più luminoso.

SCLEROTERAPIA PER CANCELLARE I CAPILLARI

Se vuoi eliminare le venuzze sulle gambe e prepararti a togliere le calze senza imbarazzo, la cosa migliore è ricorrere a una tecnica super collaudata come quella sclerosante.

Come agisce

«Il trattamento, che si fa esclusivamente dal medico, consiste nell'iniettare nei vasi interessati un liquido o una mousse dall'azione irritante» spiega Pier Antonio Bacci, flebologo. «Le pareti delle vene reagiscono chiudendosi gradualmente. Con questo metodo, l'80% dei capillari sparisce definitivamente.

Di solito sono necessarie almeno 5-6 sedute, a distanza di 10-15 giorni. Dopo il trattamento viene applicato un bendaggio da tenere per 24 ore. Poi è necessario indossare dei collant a compressione graduata media».

Un consiglio Tra una seduta e l'altra cammina e vai in bicicletta: la gym perfetta per aiutare la circolazione.

Il costo Una seduta costa circa 70 euro.

RADIOFREQUENZA PER RASSODARE I GLUTEI

La gym da sola non basta e i glutei restano un po' rilassati? Puoi provare un ciclo di radiofrequenza.

Come agisce «Sulle zone critiche, il medico passa un manipolo che emette onde elettromagnetiche. Queste portano calore all'interno dei tessuti (nel derma e nell'ipoderma) stimolando la produzione di collagene ed elastina» spiega Elena Fasola, medico estetico. «Allo stesso tempo si verifica una contrazione del collagene esistente, per cui la pelle appare subito più elastica e tesa». Di solito si consigliano almeno 5 sedute ogni 21 giorni. Per un'azione più strong, il manipolo, anziché liscio, può essere dotato di microaghi. In questo caso si parla di radiofrequenza frazionata, che trasmette il calore ancora più in profondità.

Un consiglio Dopo la seduta evita sauna, hammam e lampade Uv. Le alte temperature possono annullarne i benefici.

Il costo da 130 euro a 180 euro circa a seduta.

CARBOSSITERAPIA PER ELIMINARE I CUSCINETTI

Le infiltrazioni di anidride carbonica sono molto efficaci per combattere le adiposità localizzate. Ma ci vuole pazienza. Occorrono, infatti, 10-12 sedute a cadenza settimanale, per avere risultati.

Come agisce «Il gas, iniettato con aghi sottilissimi, riattiva il microcircolo, aumentando l'ossigeno nel sangue. Così, il metabolismo delle cellule aumenta con un effetto bruciagrassi» spiega Alberto Massirone, presidente della Società di Medicina Estetica Agorà. «Non solo: l'anidride carbonica iniettata in tra le cellule adipose le "frantumata", favorendone lo smaltimento tramite i naturali processi fisiologici.

Un consiglio A casa utilizza una specialità a base di collagene ed elastina per potenziarne l'effetto.

Il costo A partire da 70 euro per ogni seduta.