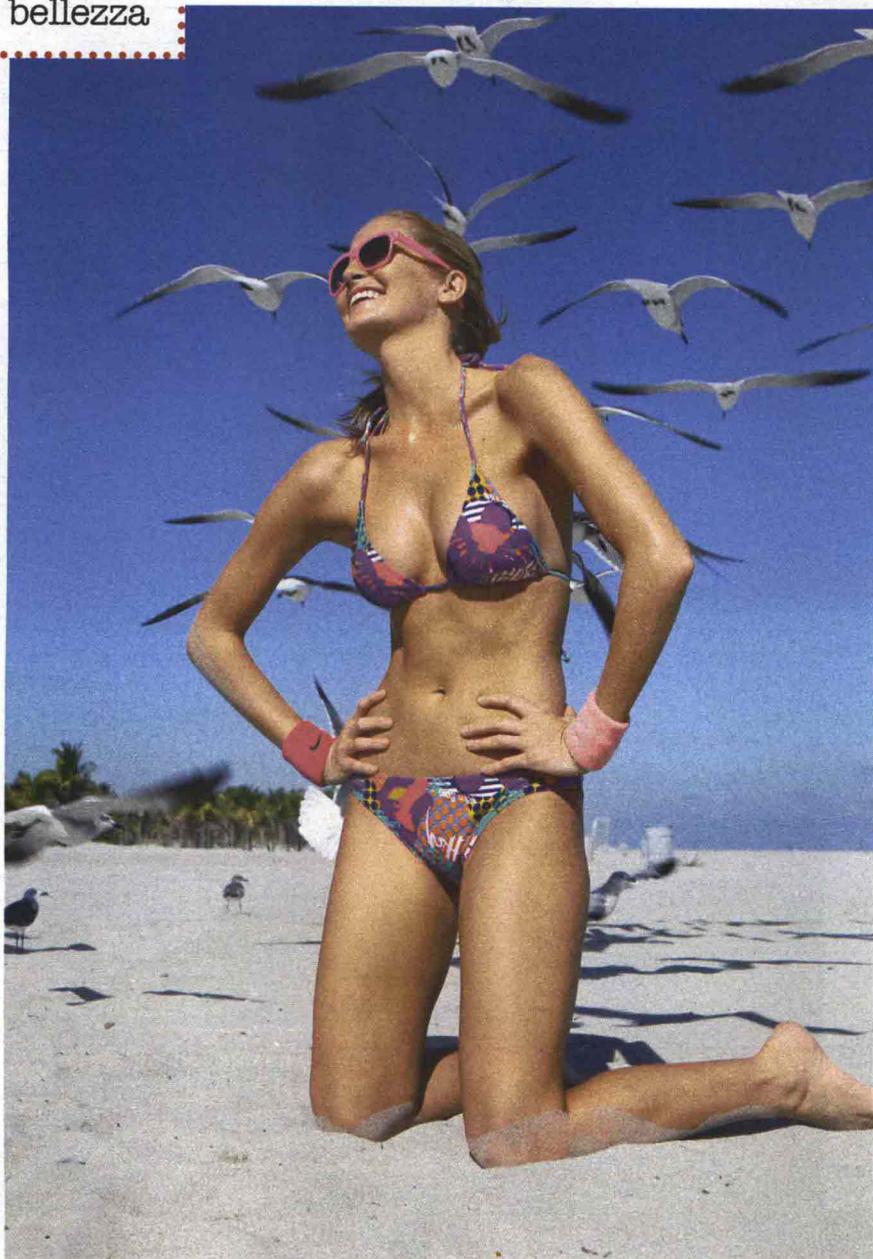


Confidenze
di bellezza



Valorizza così i punti forti del tuo corpo

Glutei, décolleté e addome sono le zone su cui (inevitabilmente) cadono gli sguardi degli uomini. Se li vuoi sodi e ben disegnati, punta sui cosmetici giusti. Insieme all'attività fisica, possono regalare ottimi risultati di Alberta di Giorgio con la consulenza di **Magda Belmontesi, dermatologa**

Van Kasteel (1)

26 Confidenze

Piera
ci
chiede



COME OTTENERE UN SEDERE TONICO E PIENO?

Ho 39 anni e, soprattutto in questa stagione in cui sono spesso in costume da bagno, mi piacerebbe sfoggiare glutei da brasiliana. Mi domando se ci sono dei prodotti specifici per rendere il sedere più pieno e tonico.

Piera Faraci (via e-mail)

Sara
ci
chiede



ESISTONO STRATEGIE PER DARE PIU VOLUME AL SENO?

Ho 39 anni e mi piacciono moltissimo gli abiti scollati, perché mettono in risalto la femminilità. Questi vestiti, però, stanno bene se il décolleté è florido e mi chiedo se ci sono cosmetici rassodanti e rimodellanti.

Sara Nannetti (via e mail)

Anna
Dora
ci
chiede



QUALI SONO I SEGRETI PER AVERE UNA BELLA PANCIA PIATTA?

Ho 47 anni e vorrei avere addominali tonici, per sentirmi a mio agio in riva al mare e per indossare gonne aderenti. Cerco consigli per raggiungere il mio obiettivo.

Anna Dora Penna (via e-mail)

Associa ginnastica e trattamenti

Quello dei glutei è uno dei muscoli più grossi del nostro corpo e che, per primo, perde volume e tonicità, facendo apparire il sedere piatto, come se si fosse svuotato. Per restituirgli forma e rotondità è indispensabile fare attività fisica mirata, che non deve essere eccessivamente impegnativa, ma assolutamente costante. E per amplificare i risultati della ginnastica il consiglio è di associarla a

trattamenti in grado di favorire la microcircolazione con un effetto caldo-freddo, oppure grazie a complessi di principi attivi messi a punto proprio per questo obiettivo. I prodotti devono essere applicati due volte al giorno, per un effetto urto, e poi una sola, con massaggi a "impasto" piuttosto energici. **L'idea in più** Dieci affondi alla mattina e alla sera sollevano i glutei e li scolpiscono.



Mousse Lato B (Iodase, 28 euro): con effetto caldo-freddo, stimola la circolazione. **Trattamento Glutei** (Somatoline Cosmetic, 36 euro): sollecita il microcircolo e tonifica.

Mantieni la pelle elastica

Con il passare del tempo, la pelle perde la sua capacità contenitiva e, nella zona del décolleté, questo comporta una diminuzione della sua azione di "reg-giseno" naturale. Se poi si aggiunge il fatto che la forza di gravità tende a spingere il busto verso il basso (anche quello più minuto), ecco spiegato perché il seno appare meno turgido e leggermente svuotato. Ma intervenire si può, con prodotti dalle

proprietà nutrienti (burro di karité e oli vegetali), che mantengono l'epidermide elastica; liftanti (mentil lattato), che contrastano il rilassamento cutaneo; rimodellanti (estratto di melograno), che agiscono come una sorta di guaina. Questi cosmetici vanno stesi quotidianamente, con movimenti a otto. **L'idea in più** Quindici flessioni sulle braccia due volte al giorno rinforzano i muscoli pettorali.



Seno Crema Concentrata (Rilastil, 34 euro): con oli vegetali e mentil lattato. **Firm Bust Gel Rassodante Seno** (Avon, 18 euro): con estratto di melograno, modella e tonifica.

Stimola il metabolismo

La pancetta può essere causata da diversi fattori: alimentazione scorretta e variazioni ormonali (tipiche del periodo premenstruale) che provocano il classico gonfiore addominale. Oppure da un accumulo di grassi, associato a una perdita di tonicità della pelle. In questo caso, i migliori alleati per ottenere una pancia piatta e modellata sono i cosmetici mirati. Arricchiti con sostanze lipolitiche, per

esempio il guaranà, le alghe marine e i complessi formulati apposta per stimolare il metabolismo, vanno applicati tutti i giorni, con massaggi specifici che prevedono piccoli movimenti circolari orari e antiorari, da eseguire con i pugni chiusi fino a che la pelle ha completamente assorbito il trattamento. **L'idea in più** Due serie da 20 addominali al risveglio e prima di dormire appiattiscono la pancia.



Trattamento pancia e fianchi (Collistar, 37 euro): con guaranà e alghe marine. **Pancia e Fianchi** (Dermolab, 21 euro): contiene un complesso che stimola il metabolismo.

LA BB CREAM CHE TOGLIE LE MACCHIE

Il grande successo delle BB cream è dovuto al fatto che questi cosmetici permettono, con un solo gesto, di assicurare al viso idratazione e colorito omogeneo, nascondendo anche le piccole rughe e le imperfezioni cutanee. Cos'altro chiedere a una crema? BB Clear Hyaluronic di Incarose (21 euro) promette qualcosa in più: di attenuare anche le macchie. Contiene, infatti, Neurolight e Actiwhite, due sostanze schiarenti e illuminanti che, associate a due diverse tipologie di acido ialuronico, minimizzano le ombre scure causate dall'invecchiamento cutaneo, dalle esposizioni al sole e dalla gravidanza.



LA PASTA PER I CAPELLI CORTI

Per movimentare i tagli alla maschietto e rinnovarli a seconda dell'occasione, c'è la nuova Pasta Modellante Fibrosa Spidermood di Cielo Alto (8,50 euro). Adatta ai look più creativi, garantisce un ottimo fissaggio e, nel frattempo, grazie alla formula con olio di cotone svolge un'azione ristrutturante sulle ciocche. Da provare subito!



i indirizzi a pag. 95

Confidenze 27