

FATTI BELLA

FUORI DI SENO

SVELATO dal bikini in spiaggia, alla sera occhieggia sotto top sexy o INCORNICIATO da biancheria a VISTA. Insomma, in questa stagione il DÉCOLLETÉ è la tua prima arma di SEDUZIONE. Scopri, quindi, come renderlo TONICO e perfetto

DI ALBERTA DI GIORGIO CON LA CONSULENZA
DI **MAGDA BELMONTESI**, DERMATOLOGA



SE IL TUO OBIETTIVO È RISOLLEVARE

La pelle del décolleté funziona come una sorta di reggiseno naturale. Quando perde elasticità, però, diminuisce la sua capacità di sostegno. Che puoi ripristinare con i cosmetici dalle proprietà liftanti



Seno Up (Leocrema, 7,38 euro): contiene cellule staminali vegetali che assicurano al décolleté un effetto tensore.



Attivi Puri Collagene+Acido ialuronico (Collistar, 35,90 euro): ne bastano poche gocce per una doppia azione push up e ricompattante.



Lift Effect Seno Siero Tensore (Somatoline Cosmetic, 33 euro): sin dalla prima applicazione regala al busto un aspetto più "alto".



Bust-Lift Spray (Lierac, 27,30 euro): oltre a "risollevarlo" il seno, grazie agli estratti di sambuco e di terminalia lo rende più tonico.

Considerato la più "micidiale" arma di seduzione, il seno ha senza dubbio un forte appeal sugli uomini (chissà perché il loro primo sguardo cade sempre lì). Ma è anche una fonte d'orgoglio per tutte noi donne, che lo viviamo come il protagonista numero uno della nostra femminilità. Non a caso, molte bambine in spiaggia chiedono spesso alla mamma di poter indossare il bikini, nonostante sfoggino un fisico ancora acerbo e privo di curve.

PUOI LAVORARE SUI TUOI PROFILI

Forma e dimensioni del décolleté dipendono da questioni genetiche. Ma modellarlo, risollevarlo, fare in modo che resista alla forza di gravità e assicurargli un po' più di volume si può. E se i suoi nemici sono l'età (quando la pelle perde la sua capacità contenitiva il seno scivola verso il basso), le diete drastiche e l'allattamento (come a un palloncino gonfio che quando si svuota appare avvizzito, lo stesso succede alle mammelle), combatterli è più facile di quello che pensi.

PARTI DALL'ESERCIZIO FISICO

Come sempre la tua migliore alleata è la ginnastica. Pettorali ben sviluppati, infatti, tengono alto il seno che, invece, non ha muscoli. Poi, però, devi anche utilizzare i cosmetici formulati ad hoc, in grado di favorire l'elasticità cutanea, captare i grassi aumentando i volumi e vantare un effetto tensore, come veri reggiseni.

La gym mirata

Ecco due esercizi per i pettorali che creano una "base" perfetta per il seno



✳ 1. Con due pesini da 2 kg, piega le braccia e portale perpendicolari al busto, con i palmi delle mani in avanti.
✳ 2. Unisci i gomiti e riportali alla posizione di partenza, tenendoli all'altezza delle spalle. Esegui 3 serie da 10 movimenti.



✳ Gomiti perpendicolari al corpo, unisci le mani davanti al petto. Con un palmo chiuso a pugno esercita 10-20 pressioni sull'altro, aperto. Ripeti lo stesso movimento al contrario. Continua per 1 minuto.

SE DESIDERI FORME PIÙ GENEROSE

Diete drastiche e allattamento possono compromettere la burrosità del busto. Per riportarlo alle sue dimensioni, puoi puntare sui prodotti volumizzanti: catturano i grassi e riempiono le curve



Fiale Seno (Rilastil, 38,90 euro): con aminoacidi, allantoina ed estratti vegetali, idratano la pelle e danno pienezza al busto.



Lift Creator Age & Tone Elisir Seno No-Age Balconette (Dibi Milano, 45 euro): ripristina l'elasticità cutanea e regala nuovo volume.



Volume Seno (Iodase, 28,80 euro): la sua formula arricchita con galega e luppolo contrasta lo svuotamento del décolleté.



Volumizzante Rassodante Seno (Pupa, 42 euro): favorisce un'accumulo di grassi che assicura curve più piene, sode e modellate.

Cascave/MondadoriPhoto. Disegni Alessandra Ceriani