

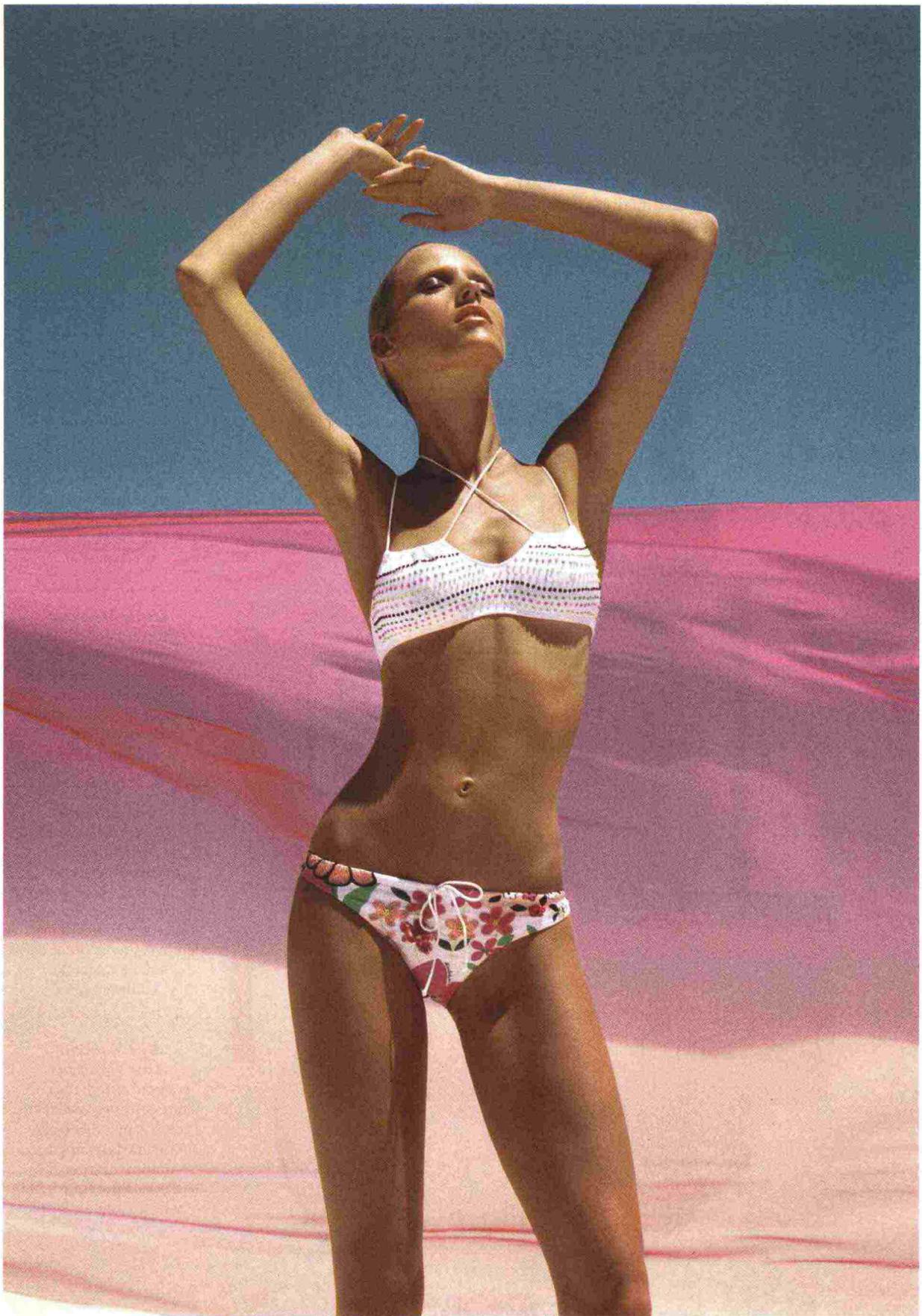
BELLEZZA

PURA FORMA(LITÀ)

Un batterio ci salverà dalla cellulite. L'orologio provvederà alla linea. E una bici-pattino penserà al tono muscolare

di Loredana Ranni

IN PRINCIPIO FU LA MESOTERAPIA, quando attraverso aghi indolori passavano farmaci specifici con l'obiettivo di migliorare le forme più resistenti di cellulite. Oggi è il momento del batterio iniettabile, alleato new age per destabilizzarla. Il nuovo trattamento arriva dagli Stati Uniti, autorizzato dalla Food and Drug Administration che ha dato il via libera alla sperimentazione. I test hanno dimostrato che, iniettando un enzima biologico ottenuto da un batterio, la pelle migliora il suo aspetto grazie allo scioglimento di noduli, indurimenti, cuscinetti. «Si può iniziare a parlare di cellulite soltanto quando c'è un'alterazione del tessuto sottocutaneo, sempre associata a un'insufficienza venosa e linfatica» precisa la dermatologa **Magda Belmontesi**, docente della Scuola di Medicina Estetica Agorà, a Milano. «In superficie compaiono ondulazioni e buchi più o meno pronunciati, per la presenza di noduli che è come se ancorassero la pelle in profondità». Cure definitive non esistono. In attesa del batterio delle meraviglie si può ricorrere ai più nuovi strumenti tecnologici utilizzati negli studi medici, come il laser e la radiofrequenza. Poi, una volta migliorato l'aspetto di ginocchia, cosce, fianchi (che nella struttura femminile trattengono maggiormente il grasso), le creme cosmetiche possono aiutare a tenere sotto controllo gli inestetismi per tempi più lunghi. Ma non da sole. «Qualunque trattamento deve sempre partire da una depurazione dell'organismo, della durata di 15 o 20 giorni» specifica la dottoressa Belmontesi. In pratica, due/tre giorni a frutta e verdura frullate (depurano), altri cinque/sei senza glutine (purificano l'intestino), quindi regime dietetico normale: carboidrati la mattina, proteine la sera.



Blaabluur-edition.com

BELLEZZA

Il minuto X (per dimagrire)

Snellirsi mangiando si può. Con un'avvertenza: occorre rispettare non soltanto l'orario ma anche il minuto. Il Brigham and Women's Hospital di Boston, in collaborazione con la spagnola Universidad de Murcia, ha condotto una sperimentazione su 420 volontarie per cinque mesi. Lo studio, partito dall'individuazione delle fasce orarie migliori per nutrirsi senza ingrassare, è arrivato a determinare i tempi esatti per perdere maggiore peso con una dieta ipocalorica. Eccoli: prima colazione fra le 7 e le 7,30 (orario perfetto, 7 e 11 minuti), pranzo dalle 12,30 alle 13 (ideale alle 12,38), cena prima delle 19 (consigliata alle 18,14). Risultato: le puntuali hanno perso 11 chili, le ritardatarie due e mezzo di meno.



1

Body-slim DestockNuit
è un concentrato di caffeina (a rilascio prolungato), polpa di frutti rossi, fiori di loto e salice bianco che promette di "lisciare" i cuscinetti adiposi. Lierac 40,23 € (in farmacia).

2

Huile Minceur
agisce su gambe, glutei, ventre. Con estratti di tè verde e pepe rosa, rassoda la pelle, affina la silhouette, riduce la buccia d'arancia. Sephora 21,90 €.

3

Concentrato Biorivitalizzante Anticellulite, da massaggiare con l'applicatore a sfere, contiene un complesso ispirato alla mesoterapia (caffeina, edemina, sambuco) che agisce sul microcircolo. Collistar 45 €.

4

Lift Minceur Anti-Capitons contiene otto estratti di piante con effetto snellente, oltre a ingredienti che rinforzano la compattezza cutanea. Clarins 58 € (edizione limitata 400 ml, nelle boutique Clarins chez Coin).

BELLEZZA



1
Rimodellante Aree Critiche

È un trattamento ad azione rassodante per interno cosce, braccia e ginocchia. Anche elasticizzante e idratante. Dermolab 21 € (in farmacia).

2
Body Sculpter

snellente e modellante con caffeina pura (5 per cento) e un principio attivo antiaccumulo: Biotherm 42,40 €.

3
Trattamento Pancia e Fianchi Advance 1

aiuta a ridurre la circonferenza e rallenta la formazione di adiposità localizzate. Somatine Cosmetic da 38,50 € (in farmacia).

4
Good-bye Cellulite Gel

con coenzima Q10, carnitina ed estratti di loto rassoda e promette di ridurre gli inestetismi della cellulite. Nivea 13,20 €.

Lavori in corsa

Che andare in bicicletta sia ideale per snellire gambe, cosce e rassodare i glutei non è una novità. Nuovo, invece, è un mezzo alternativo ora importato in Italia. Si chiama "Myfootbike" ed è un ibrido tra bicicletta e monopattino: veloce e sicuro, ha ruote gonfiabili (grande davanti, più piccola dietro), freni (anteriore e posteriore), cavalletto per parcheggiarlo. Nelle cosiddette sgambate si usano entrambi gli arti che ogni tre/dieci spinte vanno alternati sulla pedana (l'appoggio diventa spinta e viceversa). Rispetto alla corsa sollecita meno le articolazioni e, a differenza della bicicletta, richiede un movimento propulsivo più dinamico che muove armonicamente le parti bassa e alta del corpo. Da provare in volata (info: myfootbike.it). ●