

VANITYFAIR.it



Le nozze di Melissa Satta e Kevin Prince Boateng
L'ex velina e il calciatore hanno detto «sì» davanti al mare di Porto ...

TUTTI

MAG NEWS PEOPLE BEAUTY BENESSERE FASHION SHOW CINEMA FOOD FIRME OROSCOPO VF NETWORK ALTRI

LIVE!

ACCEDI



[TOP STORY]

ASHION

I look dei vip in front row: David Beckham da Louis

BEAUTY



Tutti i nuovi tagli dell'estate 2016: avete già scelto il

SESSO



10 segnali che voi due insieme siete perfetti

SPY



Linda Morselli racconta Valentino Rossi e come è

[BEAUTY / VISO E CORPO] 26.06.2016

La cellulite d'estate non va in vacanza



di Eleonora Negri

Le temperature si alzano e il vostro piano d'attacco alla cellulite va in tilt? Tipico fenomeno beauty di stagione. Insieme alla dott.ssa [Magda Belmontesi](#) abbiamo individuato le strategie-urto per tenere sotto controllo il fastidioso inestetismo anche d'estate



Cambio di rotta. Se fino a qualche mese fa la cellulite poteva

DA BEAUTY

avvalersi di un certo tipo di beauty routine, con l'arrivo dell'estate l'approccio cambia e non poco: «**La cellulite d'estate si può affrontare di sera** con prodotti ad hoc che agiscono in sinergia con l'ormone GH - **spiega la dott.ssa Magda Belmontesi, dermatologo e docente alla Scuola di Medicina Estetica Agorà di Milano** - il quale favorisce l'assorbimento delle sostanze applicate sulla cute che ha un picco tra la mezzanotte e le prime ore del mattino. Sono proprio trattamenti biocompatibili con la notte. In formula possono contenere rusco, caffeina, escina, estratto di edera. In questo modo si evita anche il problema del caldo che potrebbe creare fastidio».



1 | 39 **Alessandra Ambrosio** Anche gli angeli a volte possono avere qualche leggera imperfezione. Tra quelle della modella un giroscoscia non perfettamente tornito.. Foto: SGP

LEGGI ANCHE

Lotta alla cellulite: come si riconosce un prodotto che funziona

E in spiaggia cosa si può fare?

«Altra soluzione è quella di adottare solari in formula spray che si asciugano velocemente o formule associati ai solari che utilizzano il calore per essere attivi e lavorare nella stessa

di Redazione Beauty



Meg Ryan irriconoscibile (come molte altre): ma perchè?



di Redazione Beauty

Le labbra rosse di Demi



di Laura Scafati

La frangia giusta per i capelli ricci



VEDI ANCHE

di Claudia Casiraghi



Musica in spiaggia: tornano le notti del Radio Deejay X Masters



di Eleonora Negri

Beauty routine: i 10 essenziali dell'estate



di Eleonora Negri

Dafni: la spazzola che regala un liscio perfetto in cinque minuti

POTREBBE INTERESSARTI ANCHE



Star in costume, comincia la remise en forme - VanityFair.it



Dentisti in Croazia. Spiegato il fenomeno del turismo dentale!



Medici stupiti dall'efficacia del nuovo trattamento dimagrante!

direzione. Hanno un'azione antistoccaggio e un'azione drenante che va a contrastare proprio la cellulite molle. Chiaro che, questi ultimi, non vanno usati su tutto il corpo. **Nello specifico consiglio di applicare il solare con anticellulite prima di uscire di casa e poi ripetere durante il giorno il solare normale.** Ultimo ma non meno importante è la possibilità di usare integratori vasoprotettivi, vasotonici e drenanti. Dai flavonoidi alla centella agli estratti di ananas che contrastano la ritenzione idrica che d'estate tende ad aumentare. **In estate poi è più facile fare movimento. Soprattutto in acqua.** Ed è importantissima perché favorisce il ritorno venoso, contrasta la rottura dei capillari ed ha un effetto idromassaggio».

LEGGI ANCHE

Tone Up! Beauty routine per un corpo più sodo

Sei cose da sapere sulla cellulite d'estate.

1. Proprio perché siamo in estate la sudorazione è maggiore. Fondamentale bere, quindi, per integrare i liquidi (acqua, tisane, tè verde fatto in casa e non zuccherato) e migliorare così l'effetto circolatorio.
2. Cercate di evitare i cibi troppo salati e gli insaccati e sostituirli invece con molta frutta e verdura. Ottimi i cereali e gli yogurt.
3. Non stare immobili al sole.
4. Cercare di portare delle calzature con il plantare sagomato e che favorisce quindi la circolazione.
5. Sì, alle docce fredde a fine giornata, ma non ghiacciate e cercate di fare scorrere l'acqua dal basso verso l'alto.
6. Chi assume terapie ormonali o simili è un fattore aggravante sia per i gonfiori che per la cellulite.

SFOGLIA LA GALLERY

Trattamenti anticellulite sotto il sole



Lato B: da Alessia Marcuzzi a JLo, niente regole - VanityFair.it



Psoriasi, nemico crudele. Puoi sconfiggerla con il giusto alleato.



Un nuovo metodo di apprendimento delle lingue straniere conquista l'Italia!

VANITY PROMOTION



SL

