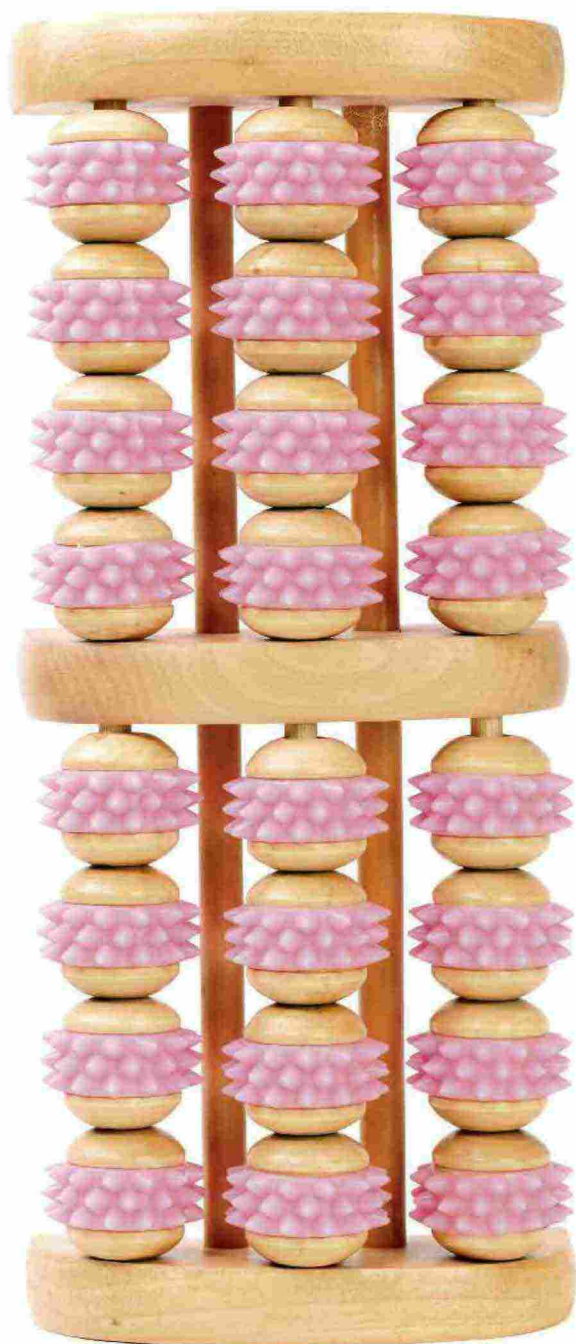


curvilinea

Più frutti rossi, asparagi e ananas per attenuare la **buccia d'arancia**. E, dagli specialisti, c'è un nuovo trattamento che cancella i rotolini di banana

DI ANNA ALBERTI



AZIONE RAPIDA La sedentarietà è nemica della forma. È il momento di pensare a rimedi veloci per combattere i tessuti rilassati. Ecco i consigli di tre specialisti, per agire su più fronti.

A TAVOLA «L'alimentazione è fondamentale contro la stasi micro-circolatoria e l'adiposità localizzata che portano alla ritenzione idrica, ai noduli cellulitici e al tipico aspetto a buccia d'arancia», spiega Emanuele De Nobili, Direttore scientifico di Villa Eden a Merano, esperto in nutrizione e medicina antiage. «Vanno prediletti i frutti rossi e arancio (mirtilli, ribes rosso, lampogni, albicocche, pesche e ananas), le verdure drenanti (asparagi, carciofi, finocchi, lattuga e cipolla), anche da mixare nei centrifugati e ai cereali integrali. Ridurre il sale e bere tisane a base di un mix di centella, pilosella, tarassaco e ribes nigrum.

DAL DERMATOLOGO «Il trattamento medico di elezione per riattivare metabolismo cellulare e circolazione nelle zone interessate dalla cellulite rimane la carbossiterapia, che riapre i capillari ostruiti, favorendo l'ossigenazione dei tessuti», dice Maria Gabriella Di Russo, specialista in Idrologia e Talassoterapia, docente in Medicina Estetica all'Accademia Agorà di Milano. Consiste nella somministrazione sottocutanea di anidride carbonica medicale - un gas normalmente prodotto dall'organismo - attraverso microaghi.

DAL MEDICO ESTETICO «Anche le diete più drastiche spesso non riescono a eliminare il rotolino a banana sotto i glutei», dice Dvora Ancona, specialista in medicina estetica, laserterapeuta docente all'Università di Pavia. La tecnica più nuova, subito ribattezzata *Banana Take Off*, proviene dagli Usa. È un trattamento con radiofrequenza di ultima generazione veicolata con microaghi che sciolgono l'accumulo adiposo e tendono la pelle. Richiede una o due sedute ambulatoriali in anestesia locale (da 600 €).



senza ombre

GAMBE LISCE E DOLORE QUASI AZZERATO. È LA PROMESSA DI SKIN'S BEST BRAZILIANA WAXING, METODO DI EPILAZIONE PROFESSIONALE CHE CATTURA IL PELO E LO ESTRAE DELICATAMENTE ALLUNGANDO I TEMPI FRA LE SEDUTE. UN CONSIGLIO: TRE GIORNI PRIMA DELL'APPUNTAMENTO IN ISTITUTO UTILIZZARE SKIN'S EXFO + DEEP SKIN RENEWAL, ESFOLIANTE CON ALFAIDROSSIACIDI E MICROSFERE NATURALI (INFO SKINSBESTBRAZILIANWAXING.COM). PER CHI INVECE SCEGLIE IL COMFORT DELLA PRIVACY DOMESTICA, CI SONO LE STRISCE DEPILATORIE CORPO STREP SUGARING. A BASE DI ZUCCHERO DI CANNA E CERA D'API, SI ISPIRANO ALLA TRADIZIONE DELLA DEPILAZIONE ORIENTALE. SEMPLICI E VELOCI, DA TENERE SEMPRE IN CASA.



1. Con estratti botanici Dermo28 Firm-Up Concentrato Modellante Tonificante favorisce la sintesi di collagene ed elastina (62 €).
2. Ad hoc Si modellano sul corpo come una seconda pelle: Biopoint Body Care Patch Anticellulite. Rilasciano per otto ore i principi attivi botanici (28 patch, 20 €).
3. Stimola il microcircolo L'Erborario Crio Synergy Spray Anticellulite Effetto Freddo rende la pelle liscia e compatta grazie a una formula a base di caffè verde, escina e pepe rosa (29,90 €).
4. Effetto push-up Ricca di sostanze funzionali che migliorano il tono e l'elasticità: Beutech Sinuosa + Fit Crema + Fit Rassodante (38 €).
5. Come un coach Naturalia Beauty Body Modelling Cream, con fiori di loto e oli essenziali, è ideale per chi desidera ritrovare la silhouette dopo un periodo di vita sedentaria (49 €).
6. Riempiativa Mediterranea Cosmetics Crema Rassodante Braccia contiene un complesso tonificante e uno dall'azione rimpolpante (19 €).
7. Cocoon Rassoda e rigenera: Korff Body Crema Corpo Intelligente, con estratto di castagne, dalle proprietà elasticizzanti (25 €).
8. Due in uno La Biosthétique Spa Lifting Care for Décolleté and Hands è a base di principi attivi marini che rinforzano la barriera cutanea (32 €).
9. Drenante Solgar Bromelina Plus è un integratore che promuove l'eliminazione dei liquidi e favorisce il microcircolo, contrastando gli inestetismi della cellulite (29,80 €).