

🕒 28/04/2016

BENESSERE E SALUTE COLLO DÉCOLLETÉ SENO

Vuoi avere anche tu un décolleté alla Kate Upton? Segui le dritte dell'esperta

Metodi fai da te e soluzioni di medicina estetica per avere un décolleté a prova di scollatura



di Maria Gabriella

[Di Russo](#)

f CONDIVIDI

🐦 TWEET

p PIN

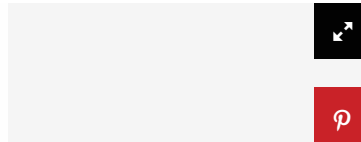
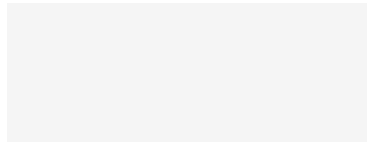
✉ E-MAIL

[I PIÙ LETTI](#)



Getty

Il collo e il décolleté sono aree delicate del corpo. **La circolazione sanguigna è lenta, la pelle è sottile e la sua trama presenta meno tessuto adiposo e meno ghiandole sebacee**, pertanto è quasi sempre asciutta, e questo comporta un più facile invecchiamento. Inoltre, quest'area risente molte delle posture scorrette a cui spesso ci costringe la colonna cervicale quando è dolente: la conseguenza è quella di peggiorare cedimento e rughe. Per di più, spesso la zona del collo è poco curata.



Fondamentale non dimenticare beauty routine, idratazione quotidiana ed esfoliazione settimanale.

FAI DA TE

- 1) Friziona ogni mattina la pelle** con un cubetto di ghiaccio, per implementare la circolazione sanguigna.
- 2) Massaggia la zona delicatamente**, con movimenti circolari, con sale fino leggermente umido per migliorare l'elasticità della pelle.
- 3) Prepara una maschera** a base di yogurt (2 cucchiaini), miele (mezzo cucchiaino), succo di limone (mezzo cucchiaino) e un pizzico di sale. Applica su collo e décolleté e lasciala in posa per quindici minuti. Infine, risciacqua con acqua fresca. Ripeti ogni 15 giorni per un effetto nutriente.

PIÙ POPOLARE

- 4) Fai questi due esercizi**, che permettono di allentare le tensioni muscolari sul collo, aumentandone la forza, con metodicità. **A) Reclina lentamente la testa all'indietro**, mantieni la posizione per qualche istante e poi, molto lentamente, portala in avanti fino a toccare il petto con il mento. Mantieni la posizione per qualche istante, e poi ricomincia, ripetendo una decina di volte. Non interrompere mai il movimento. **B) Cerca di avvicinare l'orecchio destro verso la spalla destra**, tenendo lo sguardo sempre rivolto in avanti. Mantieni la posizione per qualche istante e poi torna al punto di partenza. Poi ripeti il movimento sul lato sinistro del corpo. Ripeti per 3 serie consecutive intervallate da brevi pause.

DAL MEDICO ESTETICO

Dermoristrutturazione cutanea

Si tratta di microiniezioni intradermiche, a base di acido ialuronico e complesso dermoristrutturante (8 aminoacidi, 3 antiossidanti, 2 minerali e 1 vitamina). Gli aminoacidi stimolano la produzione delle fibre collagene contribuendo al rimodellamento dei tessuti; i minerali zinco e rame sono importanti per la creazione di nuove cellule, la vitamina B6 è essenziale per la produzione di energia necessaria al metabolismo delle cellule del derma; gli antiossidanti contrastano l'azione dei radicali liberi (sostanze dannose per l'organismo che accelerano il processo d'invecchiamento). **Sono necessarie tre sedute, una ogni quattro settimane**

ripetibili due volte l'anno.

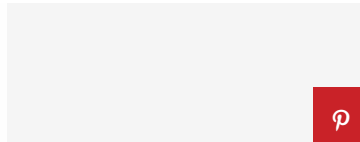
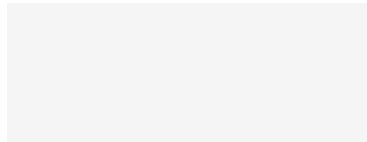
Carbon Dioxide Therapy

Si basa sulla somministrazione per via sottocutanea di anidride carbonica medicale (priva di tossicità). **Questa permette di riattivare la circolazione, richiamare ossigeno nelle cellule cutanee, stimolare la naturale rigenerazione della pelle, migliorare l'attività delle cellule responsabili della produzione di collagene ed elastina.** E' utile per ridisegnare il contorno dell'ovale e per dare maggiore tensione al collo e décolleté. Il protocollo ideale prevede una seduta ogni due o tre settimane, per quattro o cinque mesi, e a seguire un mantenimento mensile.

Chemoesfoliazione

È l'ideale in caso di lentigo (macchie) e un grado medio d'invecchiamento.

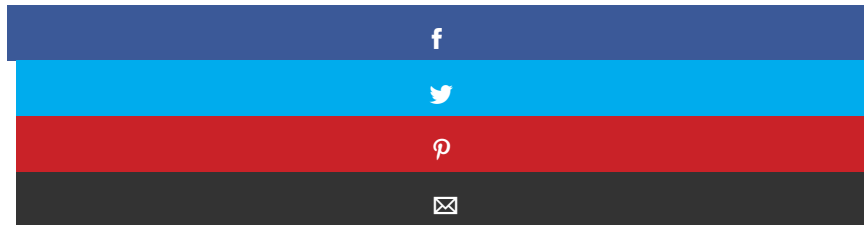
Consiste in un peeling specifico di nuova tecnologia enerpeel a base di acido piruvico al 30%, acido lattico al 10%, acido ferulico allo 0,5% ed una crema postpeeling specifica a base di acetilglucosammina, acido ferulico e EGF. Non è aggressivo, stimola il ricambio epidermico, elimina gradualmente le macchie ed il photoaging, migliora la texture e la levigatezza, aumentando il turn over epidermico. Consigliata una seduta ogni quindici giorni per quattro mesi.



Maria Gabriella Di Russo, idrologo e medico estetico

RELATED ARTICLE

Occhi gonfi: 4 soluzioni fai da te e 4 idee di medicina estetica con i consigli della specialista



JOIN THE CONVERSATION!

COSMO
CONSIGLIA