

**INCHIESTA:
QUANDO IL CAPO
È UNA DONNA**

24 GENNAIO 2008 | N. 4 - ITALIA EURO 1,80

NAOMI E IL PRESIDENTE CHAVEZ

GENTE

SETTIMANALE DI ATTUALITÀ, SPETTACOLO E C

**FOTO ECCEZIONALI
DAL CARCERE**



Esclusivo
**Il diario dell'ex
fidanzata
del capo
delle "Bestie
di Satana"**

MILINGO E DON SANTE

**«UNA CHIESA
PER NOI
PRETI
SPOSATI»**



**Solo "Gente"
era presente
al loro incontro**

**Dopo 5 anni
di "esilio" di nuovo
in Tv con
Massimo Boldi**

Bentornata Lorella

Gente + Gioia solo euro 1,90

In abbonamento facoltativo
con agenda palmare euro 7,80
auricolari euro 5,80

AVVIO Lit. - Poste Italiane s.p.a. - Sped. in A. P. D. L. 353/2003 (norma in L. 27/02/2004 n° 46) art. 1, comma 1, DCB Milano - AUT. n° 3/30 - BE. n° 3/26 - CAN. Cans. 6,00 - P. n° 4/20 - D. n° 3/00 - DIC. 2,10 - OR. n° 2/20 - LUD. n° 2/60 - MALIN. 1,16 (M) (n° 2/70) - MONACO P. n° 4/20 - NL. n° 3/70 - PT CONT. n° 3/00 - CZK. CZK. 115,00 - E. n° 2/70 - CHI. SK. 4,20 - SLO. SI. 69 (n° 2/24) - USA. \$ 4,80

Bellezza

a cura di Giulia Stolfa

Inizia nei mesi invernali la guerra alla cellulite

Questo inestetismo, che affligge la maggioranza delle donne, «**andrebbe trattato in maniera costante per tutto l'anno**». Per arrivare alla famigerata "prova costume" senza ansie e senza fretta, è bene cominciare sin da ora

Dopo le feste, oltre ai chili di troppo, bisogna affrontare anche la cellulite, inestetismo che durante i mesi invernali si tende a trascurare e che spesso non ha nulla a che fare con "la ciccia".

Questo è invece il periodo giusto dell'anno per darle battaglia, attaccandola su vari fronti, e arrivare così alla "prova costume" senza ansie e senza fretta.

«La cellulite andrebbe trattata in maniera costante durante tutto l'anno», spiega la dottoressa Mariuccia Bucci, dermatologo ISPLAD a Sesto San Giovanni (Milano).

«L'organismo femminile è costantemente condizionato dai movimenti ormonali, legati

al ciclo, che causano ritenzione idrica e che spesso si accompagnano alla cellulite».

Il primo passo per contrastare questi problemi è acquisire una serie di buone abitudini.

«È consigliabile praticare una regolare attività sportiva, anche camminare a lungo fa bene, ed evitare i cibi salati. Inoltre sarebbe opportuno bere almeno due litri di acqua al giorno e, se possibile, assumere integratori con azione drenante a base di bromelina, centella, estratto di mirtillo».

Attenzione anche all'abbigliamento: meglio non indossare sempre i tacchi alti e indumenti troppo stretti che impediscano la circolazione e che possano favorire il ristagno dei

Il medico consiglia di praticare una regolare attività sportiva e di evitare cibi troppo salati



CREMA E MASSAGGIO

Le creme anticellulite vanno applicate quotidianamente, meglio se dopo la doccia. È utile programmare presso uno specialista, anche una serie di massaggi linfodrenanti.

LA FIERA DELLA VANITÀ

Gambe al top come la Parker

✓ **Gambe invidiabili, ben tornite e scattanti, come quelle dell'affascinante Sarah Jessica Parker (42 anni), ora impegnata sul set del film della serie Tv Sex and the City? L'attrice, che sfoggia gonne vertiginose e sandali anche d'inverno, ha un piccolo segreto per rendere ancora più seducenti le gambe. Se anche voi, per una serata speciale, volete sfidare il freddo**

rinunciando alle calze, fate come lei: stendete sulle gambe un fluido illuminante. Può andare bene anche una polvere scintillante applicata con il pennello. L'importante è stenderla solo sulla parte frontale della gamba che, per effetto ottico, apparirà più slanciata e snella. Ma se non rinunciate alle calze, idratate bene le gambe, che d'inverno tendono a diventare più secche e a "squamarsi".



Gli integratori che aiutano la linea

Grazie alla sua formulazione a base di estratti vegetali selezionati e tutti naturali, **Celludrenans 10 erbe di Dietaline Aquasystem**, è un integratore di ultima generazione, che aiuta a eliminare i liquidi in eccesso.



1

Due misurini da 10 ml diluiti in una bottiglia d'acqua (1 litro e mezzo) da bere durante la giornata, sono utili per combattere gli inestetismi della cellulite (in erboristeria e farmacia, il flacone da 500 ml 19,50 €) **(1)**.

Creme, bendaggi, guanti e cerotti per combattere la "buccia d'arancia"

liquidi. Chi deve restare in piedi per lungo tempo, è bene che indossi calze a compressione graduata.

È inoltre utile applicare con costanza creme e prodotti specifici, utili a combattere gli inestetismi della cellulite. Tali prodotti sono solitamente a base di sostanze che proteggono i capillari e aiutano a eliminare le scorie, come gli estratti di rusco e caffeina.

Poi si possono programmare massaggi linfodrenanti che aiutano a eliminare i liquidi in eccesso e connettivi che, se praticati in modo costante, aiutano a migliorare la "pelle a buccia d'arancia".

Ma a volte tutto questo può non bastare. «Dal medico», spiega la dottoressa Bucci, «è possibile ricorrere alla microterapia, utile per liberare i tessuti dall'acqua. Viene effettuata praticando microiniezioni con un dispositivo particolare e indolore a base di una soluzione ipertonica, in grado di richiamare i liquidi in eccesso. Occorrono circa una decina di sedute a distanza di una settimana l'una dall'altra per ottenere buoni risultati. È possibile, inoltre, effettuare iniezioni localizzate nelle adiposità a base di fosfatidilcolina (derivato della lecitina di soia) per ridurre gli accumuli di grasso. In tal modo si possono trattare fianchi, pancia, "coulotte de cheval". È sufficiente una seduta mensile per 3-4 volte».



1

Si applica 1 o 2 volte al giorno con un massaggio mirato sulle zone critiche come cosce e glutei **Cellule Intense Peel** di Biotherm; leviga la pelle e riduce cuscinetti e rotondità (44,70 €) (1).

È un trattamento intensivo dall'applicazione ultrarapida che svolge una triplice

azione il **Guanto Anticellulite Snellente Esfoliante della Linea Speciale Corpo Perfetto** di Collistar. Si presenta in una confezione di



2

manopole monouso imbevibili di principi attivi ad alta concentrazione da utilizzare subito dopo la doccia e ridisegna la silhouette già dalle prime applicazioni (confezione 14 buste, 43,00 €) (2).



3

Favorisce il drenaggio dei liquidi in eccesso il **Gel Drenante**

Anticellulite di Garnier Bodytonic. Estratti di tè verde, pompelmo e canfora donano alle gambe una immediata sensazione di fresco benessere (11,80 €) (3).

Agisce in modo mirato con un effetto snellente localizzato

PerfectSlim

Patch di L'Oréal Paris. Grazie al contatto prolungato con la pelle, ogni patch (un "cerotto" contenente un mix di principi attivi) rilascia in modo continuo gli attivi drenanti e anticellulite (confezione 6 patch, 18,00 €) (4).



4

È perfetto per chi ama le applicazioni ultra rapide

Aqua Slimmer Gel Ultra - rapido Anticellulite di Venus. Si utilizza durante la doccia per combattere la pelle "a materasso" in modo efficace. Ha poi un effetto guaina progressivo che rende la pelle più elastica (13,90 €) (5).



5



6

Elimina le cellule morte che rendono la pelle ruvida e spenta, preparandola a ricevere in modo ottimale i trattamenti successivi. È **Somatoline Cosmetic Scrub Preparatore** che inoltre svolge un'azione drenante, idratante e rivitalizzante, perché stimola la microcircolazione superficiale (in farmacia, 36,00 €) (6).

Per le pelli forti e resistenti ecco la **Crema Anticellulite all'Aloe Vera**

Calda di Planter's, un concentrato di principi attivi vegetali preziosi nella lotta contro gli inestetismi della cellulite, capaci di donare sollievo alle gambe pesanti (26,00 €, in farmacia e in erboristeria) (7).

Va applicato mattina e sera con un leggero massaggio e tonifica i glutei lasciando la pelle morbida e compatta. Si tratta del nuovo **Spray Rassodante Anticellulite Lift Up** di Deborah Bioetyc (in vendita da febbraio, 13,00 €) (8).



8

Cell H.C.T. Azione Forte, CremaGel Drenante di Clinians è perfetto per la cellulite ai primi stadi o come

mantenimento. Va applicato con un massaggio circolare dal basso verso l'alto su glutei, fianchi e cosce fino ad assorbimento (18,63 €) (9).

Le **Bende Drenanti** contro gli inestetismi della Cellulite di Geomar sono un vero cocktail di bellezza. Contengono infatti estratti d'alghie marine e oligoelementi del Mar Morto, ideali per contrastare la pelle a buccia d'arancia e drenare i liquidi in eccesso (kit 3 applicazioni, 13,67 €) (10).



9



10

La formula esclusiva di **BioDrain**, a base di erbe, favorisce il naturale processo di depurazione ed eliminazione delle scorie. La dose è di 2 compresse per 3 volte al dì (in farmacia due confezioni: 90 o 180 pastiglie 34,95 o 54,95€) (2).



2



3

Cell Plus Active Drink è stato studiato per le donne sportive. Un flaconcino prima dell'attività fisica, facilita il processo di definizione della massa muscolare, la mobilizzazione dei depositi adiposi e aiuta a eliminare le scorie metaboliche

(confezione da 12 flaconcini, 15,50 €) (3). **Bruxcel dren** di Pool Pharma, a base di sostanze vegetali, favorisce un effetto drenante e depurativo. Un misurino da 40 ml va diluito in un litro d'acqua da bersi durante la giornata (il flacone da 500 ml 19,50€) (4).



4