

12 MAGGIO  
2014 - N° 5

LA TUA ABITUDINE AL BENESSERE

NUOVO  
SETTIMANALE

# Starbene.it

PROVATO  
PER VOI

## CELLULITE

I TRATTAMENTI URTO  
CHE FUNZIONANO

## SEI SEMPRE GONFIA?

TUTTA COLPA  
DELL'ALDOSTERONE  
(IL SECONDO ORMONE  
DELLO STRESS)

## FARMACI

alla larga dalle  
prescrizioni inutili

LA NOSTRA INCHIESTA

BARRETTE, BEVERONI  
& CO. PER DIMAGRIRE  
ECCO I PROMOSSI

## ASMA

QUANDO È SCATENATA  
DALLE EMOZIONI

## AMBULATORI CONVENZIONATI

Ogni settimana  
trovi quelli  
selezionati dai  
nostri esperti

stop alla  
stanchezza

CON I MIGLIORI  
RIMEDI VERDI  
A EFFETTO RAPIDO

MONDADORI



Vuoi far funzionare la dieta? Scegli gli sport all'aria aperta

SETTIMANALE - MAGGIO - ANNO XXXVII - N. 5 - SPED. IN A.P. - D.L. 353/2003 (CONV. IN L. 27/02/2004 N. 46) ART. 1, COMMA 1, NE/VB - VERONA - AUSTRIA € 4,30 - GERMANIA € 5,10 - BELGIO € 4,20 - SPAGNA € 4,30 - FRANCIA € 4,30 - LUSSEMBURGO € 4,30 - PORTOGALLO (CONTI) € 4,00 - SVIZZERA CANTON TICINO CHF 4,80 - SVIZZERA CHF 5,10 - U.K. GBP 3,40 - USD 8,50 - CANADA 8,50



**PROVATO  
PER VOI**

## Fidati del loro giudizio

Una dermatologa, un cosmetologo, una super estetista hanno provato, annusato, analizzato per te tre prodotti per contrastare la cellulite.

## I NOSTRI ESPERTI



**Mariuccia  
Bucci**

DERMATOLOGA  
Vicepresidente ISPLAD

**02-70300159**  
**12 MAGGIO ORE 10-12**



**Umberto  
Borellini**

COSMETOLOGO  
SICC (Società italiana  
di Chimica e Scienze  
Cosmetologiche)



**Annamaria  
Previati**

ESTETISTA UNEP  
di Biostudio Natura  
(Milano), esperta di  
trattamenti naturali

# cellulite

## I TRATTAMENTI URTO CHE PROMETTONO DI ELIMINARLA

Le creme di provata efficacia contengono caffeina o alghe. Ma possono dare buoni risultati anche le nuove formule ai peptidi. Ecco i test e i consigli degli esperti per scegliere il prodotto giusto



# 1

## LIPOFUSION GELCREMA DI RILASTIL PER CONTRASTARE GLI INESTETISMI DELLA CELLULITE

**PARTICOLARITÀ:** con peptidi biospecifici, oli essenziali ed estratti vegetali. **I PRIMI 5 INGREDIENTI:** acqua, butylene glycol (umettante), cyclopentasiloxane (emolliente), alcol denaturato (solvente), C12-15 alkyl benzoate (emolliente).  
**COSTO:** 200 ml, 32 €, in farmacia.

### LA PAGELLA

#### MARIUCCIA BUCCI, DERMATOLOGA

**OK** È adatto anche a essere applicato in gravidanza perché non contiene bioflavonoidi (il Ministero della Salute sconsiglia l'uso di queste sostanze alle mamme in attesa).

**NO** L'azione lipolitica dei peptidi dovrebbe essere spiegata meglio.

#### UMBERTO BORELLINI, COSMETOLOGO

**OK** Buon mix di oli essenziali a effetto drenante e stimolante del microcircolo. Senza parabeni, con mentolo rinfrescante.

**NO** Sarebbe interessante saperne di più sulle proprietà lipolitiche e anticellulite dei peptidi biospecifici (visto che sono meno note di quelle della caffeina e delle alghe).

#### ANNAMARIA PREVIATI, ESTETISTA

**OK** I peptidi potrebbero essere una buona alternativa agli attivi più tradizionali, specie uniti a estratti botanici già sperimentati.

**NO** Peccato per la quantità di siliconi e glicerina. Il profumo è forte.

### IL GIUDIZIO FINALE

**Due le caratteristiche: l'utilizzo dei peptidi al posto di alghe e caffeina (ok per chi non tollera queste sostanze) e l'assenza di bioflavonoidi che lo rende indicato per le future mamme.**

### Occhio ai test di efficacia

● I dati sull'efficacia dei cosmetici derivano da test eseguiti di solito da laboratori scelti dall'azienda. Attualmente non esistono linee guida generali valide nell'Unione Europea che stabiliscano, per esempio, su quante persone deve essere effettuata la prova (anche se sono previste entro il 2016).

● Nel frattempo preferisci i cosmetici testati su vasti campioni di donne (10 volontarie non sono sufficienti), che riportino, sulla confezione o sul sito dell'azienda, le modalità delle prove. Dovrebbero essere rispettati tre step fondamentali: test di laboratorio, strumentale e autovalutazione.

● Ecco perché abbiamo "bacchettato" *Venus*, che non riporta il numero delle donne su cui è stata fatta la prova e scrive "risultati visibili in metà tempo" senza dare un termine di paragone.



Alamy/Milestone

**L**a lotta alla cellulite continua: le case cosmetiche sono alla costante ricerca di formule sempre più efficaci. Le sostanze maggiormente usate (in percentuali e mix diversi) sono la caffeina e le alghe. Le proprietà lipolitiche della **caffeina** sono dimostrate: promuove l'accumulo di una sostanza che mobilita i trigliceridi contenuti nelle cellule di grasso. Le cellule diminuiscono di volume ed ecco l'effetto anticellulite e liporiducete. Le alghe agiscono invece in due modi, a seconda della loro qualità: le **alghe rosse** (come la *Gelidium cartilagineum*) contrastano i radicali liberi e rivitalizzano i tessuti; quelle **brune**

(come *laminarie* e *fucus*) attivano il metabolismo delle cellule adipose e favoriscono il drenaggio dei liquidi. Infine, da qualche tempo si utilizzano i **peptidi**, che sono molecole di aminoacidi: agiscono a diversi livelli, per esempio favorendo gli scambi di liquidi nella membrana cellulare (e quindi migliorando il drenaggio) o modulando il metabolismo dei lipidi e degli adipociti. Sono relativamente "nuovi", ma promettono bene. A queste sostanze si uniscono agenti drenanti (come l'escina), oli vegetali e oli essenziali, per sfruttare i principi dell'aromaterapia e invogliare a un uso costante, rendendo il cosmetico più gradevole.





1

## 2

### AQUA SLIMMER DI VENUS GEL ULTRA-RAPIDO ANTICELLULITE

**PARTICOLARITÀ:** si usa sotto la doccia. **I PRIMI 5 INGREDIENTI:** acqua, glycerin (emolliente), polyethylene (viscosizzante), sodium polyacrylate (viscosizzante), pomice (esfoliante).  
**COSTO:** 200 ml, **13,90 €**, in profumeria e nei super.

#### LA PAGELLA

**MARIUCCIA BUCCI, DERMATOLOGA**

**OK** Il metodo di applicazione è pratico. Contiene pochi ingredienti di buona qualità, come le alghe atlantiche e i sali marini.  
**NO** I test di valutazione non sono chiari.

**UMBERTO BORELLINI, COSMETOLOGO**

**OK** Oltre alla caffeina contiene un pool di sostanze che stimolano la cute senza arrossarla: curcuma, cannella, zenzero.  
**NO** Le sfere di polietilene suscitano qualche perplessità: potrebbero essere sostituite da una sostanza più naturale (per esempio aumentando la quantità di pomice, già presente nella formula).

**ANNAMARIA PREVIATI, ESTETISTA**

**OK** Mi piace il mix di piante a effetto booster (curcuma, zenzero, cannella): sono sempre più usate contro la cellulite e le adiposità.  
**NO** Non mi piace la texture, oleosa e "grattosa", anche se lascia la pelle di seta.

#### IL GIUDIZIO FINALE

Si applica sotto la doccia e si sciacqua: l'applicazione è quindi molto pratica e veloce (ti asciughi e puoi rivestirti subito). Buono il mix di sostanze attive.

2

3

3

### DUO GUAM ANTICELLULITE CREMA FORTE AZIONE CALDA

**PARTICOLARITÀ:** con alghe Guam. **I PRIMI 5 INGREDIENTI:** acqua, triethylhexanoin (emolliente), cetearyl alcohol (emolliente), hydrogenated polyisobutene (emolliente), propanediol (solvente).  
**COSTO:** 200 ml, **29,90 €**, in erboristeria e in farmacia.

#### LA PAGELLA

**MARIUCCIA BUCCI, DERMATOLOGA**

**OK** Oltre alle alghe, contiene attivi (come l'acqua marina e i glucosaminoglicani) che esercitano un'azione positiva sul tono cutaneo e l'elasticità dei tessuti.  
**NO** La vasodilatazione può essere poco tollerata da chi soffre di fragilità capillare.

**UMBERTO BORELLINI, COSMETOLOGO**

**OK** In questo caso l'attivo lipolitico non è la caffeina, ma sono le alghe (con derivati dallo iodio) e l'acqua marina (astringente). Le avvertenze per l'uso sono chiare.  
**NO** Non è adatta alla pelle delicata o contro la cellulite edematosa. Il *methyl nicotinate*, in particolare, causa forte rossore.

**ANNAMARIA PREVIATI, ESTETISTA**

**OK** Bella texture pastosa ma che si asciuga subito e lascia la pelle liscia. Bene anche l'uso di escina e zenzero, oltre alle alghe.  
**NO** Si deve usare con cautela sulla pelle sensibile (ma la modalità d'impiego è ben spiegata sulla confezione).

#### IL GIUDIZIO FINALE

Ottima ed efficace se non temi gli arrossamenti cutanei e il calore, va "impastata" con un certo vigore. No se hai la pelle delicata, i capillari fragili o soffri di cellulite edematosa.