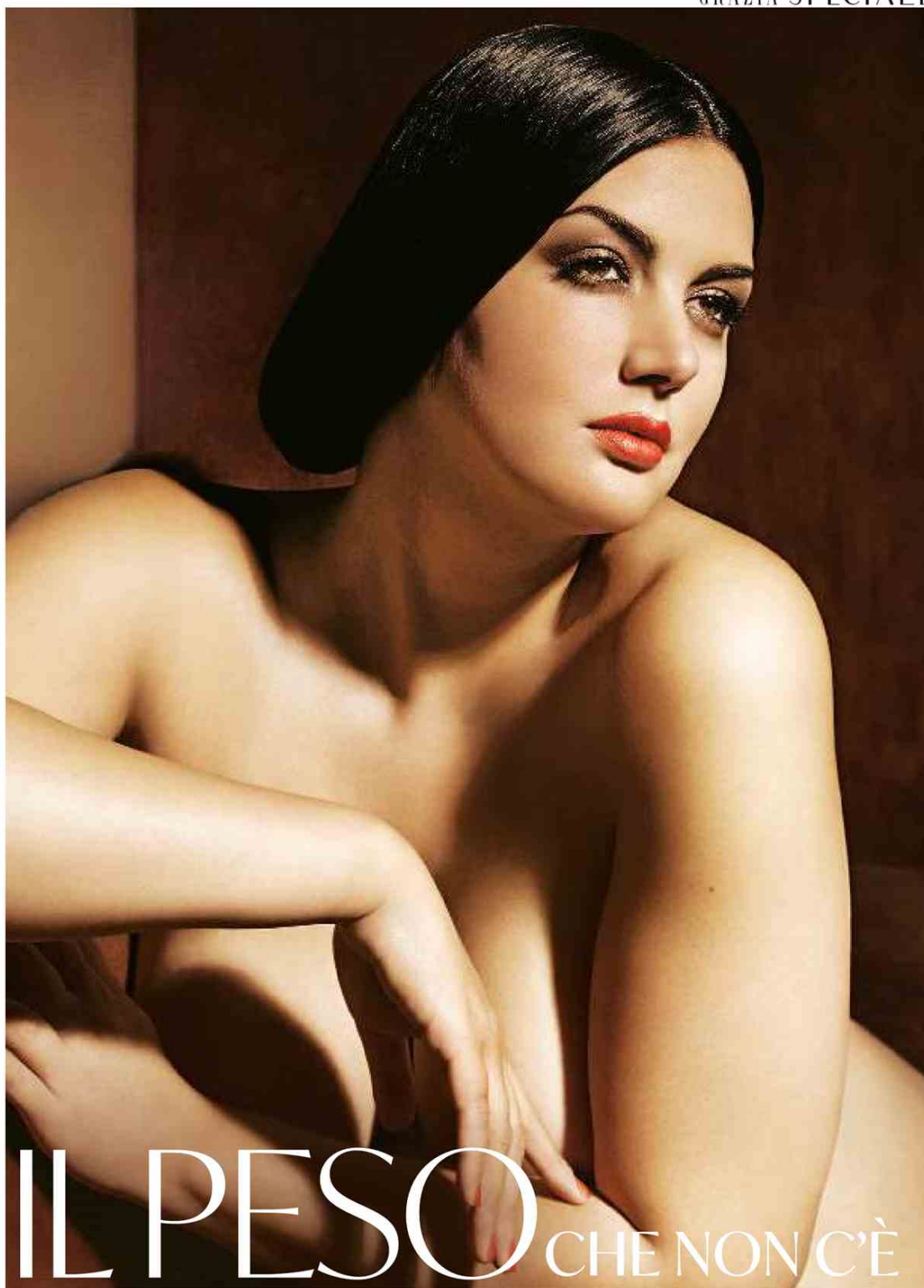




GRAZIA SPECIALE



IL PESO CHE NON C'È

C'era una volta l'ansia della bilancia, poi è arrivata la rivoluzione guidata dalle donne che sfoggiano corpi di ogni taglia. Ora, con l'emergenza coronavirus, abbiamo messo da parte le attività all'aria aperta. Ma possiamo ancora prenderci cura di noi. Perché una pelle tesa e compatta **modella e sostiene ogni forma**

di_MARZIA NICOLINI e_FILIPPO BELLINI foto di_ANGELIKA BUETTNER



GRAZIA SPECIALE

La top inglese Charli Howard, famosa per avere denunciato nella sua autobiografia *Misfit* le pressioni del settore moda per quel che riguarda il peso delle modelle, ha dedicato un lungo saggio su una rivista all'accanimento dei media nei confronti della perdita di peso della cantante Adele. «Perché non riusciamo a essere positivi quando si tratta di corpi femminili? Perché dobbiamo sempre criticare e catalogare? Forse prima di commentare il peso di una persona – qualsiasi esso sia – varrebbe la pena soffermarsi a riflettere sul perché, ancora nel 2020, attribuiamo un valore così alto alla magrezza». E a pensarla come lei sono anche i suoi 229 mila followers, che hanno inondato il suo post di emoji di applausi e cuoricini. Dalla super modella “plus-size” Ashley Graham, fiera del proprio fisico morbido, fino alla cantante Demi Lovato, che ha raccontato sui social di essersi buttata in allenamenti stremanti pur di perdere peso (giurando che non lo rifarebbe mai più), oggi l'associazione peso e bellezza sta stretta a molte giovani donne. Come ricorda la psicologa Elena Benvenuti: «Riportiamo i piedi per terra con un semplice quesito: l'immagine che mi sono prefissata è oggettivamente reale e realizzabile? Spesso, infatti, ci fissiamo con un modello femminile irraggiungibile, pompato dai social e dal bombardamento di fisici modificati ad arte da app di fotoritocco o da chirurghi estetici. Dovremmo tornare a pensare al nostro corpo come a qualcosa da mantenere in buona salute, invece che bello a tutti i costi. E poi bello per chi? Sfatiamo il mito per cui l'uomo perda la testa solo per le “fiscate”».

IN FORMA SENZA STRESS

Grazie a questo cambio di mentalità, le nuove generazioni non sono più attratte da protocolli dimagranti punitivi. Ora vince l'approccio delicato e dedicato, in cui il piacere del trattamento si somma alla resa estetica: una filosofia perfetta per questi giorni in cui, costretti a casa, possiamo prenderci cura di noi stessi. Più che di dimagrimento si preferisce parlare di rassodamento e drenaggio dei liquidi, riduzione dello stato infiammatorio della cellulite. *Endosphères Therapy*, per esempio, è una metodica che sfrutta la microvibrazione compressiva e che, tramite l'uso di un rullo composto da speciali sfere di silicone, agisce contro la stasi linfatica, la ritenzione idrica e gli aggregati di adipe ostinata. Niente dolore e tanti effetti in uno, a patto di impegnarsi in un ciclo di almeno 10-12 sedute: drenante, vascolarizzante, rimodellante, tonificante. Punta su rapidità e azione ipermirata, il protocollo *Onda Cool Waves*. Riccardo Midolo, medico estetico presso lo studio LabQuarantadue Milano, spiega: «Si tratta di una tecnologia a microonde di ultima generazione che combatte grasso localizzato, cellulite e lassità cutanea, quindi ideale anche dopo gravidanza o diete drastiche. Il calore emanato dai manipoli è decisamente sopportabile e un sistema di raffreddamento integrato assicura massimo comfort alla paziente». Anche il massaggio manuale circolatorio e linfodrenante, oltre a regalare una parentesi di relax, è da rivalutare per gli effetti ricompattanti e drenanti, a patto che le sedute siano a cadenza regolare. Secondo il medico estetico e chirurgo plastico Valentina Finotti: «Sta crollando il modello della silhouette femminile 90-60-90, ma anche il mito della donna appendino, magra al limite dell'anoressia. Le pazienti più giovani chiedono trattamenti per sentirsi meglio nella propria pelle e nel proprio corpo, ma non rincorrono più il sogno di fisici apparentemente perfetti». Evviva! ■

© RIPRODUZIONE RISERVATA

DALL'INTEGRATORE AL BURRO DA MASSAGGIO

1. A base di estratto di cedro del Garda, ricco di vitamina C, dà nuova elasticità alla pelle: **Collistar Oleo-Crema Rivitalizzante Elasticizzante** (€ 27).
2. Contrasta le smagliature e migliora l'aspetto delle cicatrici grazie al complesso GF-Repair e oli naturali, **Uriage Bariéderm Cica-Huile Dermatologique** (€ 16,90, in farmacia).
3. Una bustina prima dei pasti, due volte al giorno. L'integratore alimentare **B Selfie Ultra Shaper Shape Dietary Supplement** contrasta l'assimilazione di grassi e zuccheri grazie all'azione della cellulosa microcristallina (€ 59 box da 42 bustine; su bselfie.it).
4. **La Bioesthétique SPA Rich Firming Body Cream** ridisegna le curve con derivati di alghe, caffeina, estratti di carciofo e canna da zucchero (€ 42, in istituto).
5. Nelle ampolle **Marco Post Drain Intensive Solution**, un concentrato drenante e remineralizzante ad azione urto (€ 198 il kit di 10 fiale più la crema, in istituto).
6. Con il 95 per cento di fitoattivi, **Somatoline Cosmetic Snellente 7 Notti Natural** sfrutta le ore notturne per drenare i liquidi in eccesso e scolpire pancia, fianchi e cosce (€ 51,50, in farmacia).
7. Contrasta il cedimento di braccia, addome e cosce, mentre combatte lo stoccaggio di grassi e ne promuove l'eliminazione: **Redux tick Perfect Body Rimodellante Rassodante Anticellulite** (€ 22, in farmacia ed erboristeria).
8. Ricco di oli di argan e borragine, **Nuxe Rêve de Miel Baume-Huile Corps Fondant au Miel** da balsamo si trasforma in olio da massaggio anti-aridità (€ 24,90, in farmacia).
9. Con Dha ed eritrosio, attivi autoabbronzanti, **Sisley Super Soir Autobronzant Hydratant Corps** idrata e regala al corpo un colorito graduale, mimetizzando le piccole irregolarità cutanee (€ 99).
10. **Caudalie Vinosculpt Baume Corps Lift & Fermeté** rassoda seno, braccia, pancia e glutei grazie all'estratto di iris e ai polifenoli di vinaccioli d'uva, potenti antiossidanti (€ 28,60, in farmacia).



► 26 marzo 2020



LA FORMULA

Fitoestratti
e oli vegetali ad alta
concentrazione

Foto ENZO TRUOCOLO



GRAZIA SPECIALE



SMAGLIATURE SOTTO CONTROLLO

Corregge e previene le smagliature agendo sui quattro aspetti dell'ineestetismo: lunghezza, larghezza, profondità e colore. *Body Partner Expert Vergetures* di **Clarins** riduce le dimensioni delle smagliature e le loro discromie grazie a una formula innovativa. Il complesso *Phyto Stretch Complex* abbina il potere dell'estratto di banana verde bio, promotore della compattezza cutanea, all'**Asiaticoside**, una potente molecola isolata dalla centella asiatica che stimola la sintesi di **collagene** e favorisce la salute delle fibre elastiche cutanee. Inoltre l'azione antinfiammatoria dell'**acido glicirrizico**, derivato dalla liquirizia, contrasta lo stress meccanico da stiramento dei tessuti cutanei. Grazie alla morbida consistenza cremosa e alla facilità di assorbimento, si massaggia con semplici movimenti circolari su seno, pancia, fianchi e cosce (euro 52, in vendita da aprile).



A TUTTA DENSITÀ

Nuova routine di bellezza per il corpo ideata da **Biotherm**. Da usare singolarmente oppure in coppia, nascono dalla linea *Life Plankton* i *Multi-Corrective Body Milk* (euro 25,50) e *Body Oil* (euro € 56). In entrambe le formule l'ingrediente chiave è una particolare frazione probiotica bio-fermentata che stimola la rigenerazione cutanea. L'obiettivo è quello di ridensificare la pelle e combattere lo stress causato dagli agenti esterni, come smog, raggi Uv e dieta scorretta, ed endogeni, quali insonnia e cambiamenti ormonali. Un programma specifico, dunque, declinato in due texture performanti. Nel latte per il corpo è presente la più alta concentrazione di frazione probiotica abbinata a oli vegetali dall'azione levigante e tonificante. L'olio per il corpo, un concentrato di oli di canola, mandorla dolce e oliva, contrasta le irregolarità della grana cutanea, la secchezza e le smagliature, favorendo il ripristino dell'elasticità dei tessuti.

BIOThERM

LIFE PLANKTON™
 MULTI-CORRECTIVE
 BODY MILK

lait corps multi-correction
 raffermi, lisse, nourrit
 multi-corrective body milk
 firms, smoothes, nourishes

FORMULE HYPOALLERGÉNIQUES
 TESTÉES SUR PEAUX SENSIBLES
 HYPOALLERGENIC FORMULA
 TESTED ON SENSITIVE SKIN

e 400 ml 13.52 FL. OZ.

BIOThERM

LIFE PLANKTON™
 MULTI-CORRECTIVE
 BODY OIL

huile corps multi-correction
 anti-vergetures
 multi-corrective body oil
 anti stretch marks