



3° obiettivo TONICHE

Le gambe non vanno solo snellite e drenate. La pelle, deve essere tonica ed elastica, morbida al tatto, così anche le altre imperfezioni, di riflesso, si attenueranno. Se l'interno coscia mostra dei cedimenti, per una ventina di giorni fai una cura-urto con i sieri a base di aminoacidi, colostro equino e sericina (estratta dalla seta), che tonificano e compattano la cute. Dopo, passa ad un prodotto, da applicare tutte le mattine, con ingredienti che attivino l'azione dei fibroblasti, cioè le cellule che danno sostegno ed elasticità alla pelle, come il burro di karité. La sera, dopo la doccia, applica una crema con polioidrossiacidi, come acido lattobionico e gluconolattone, o con acido 10-idrossidecenoico, estratto dalla pappa reale, per stimolare la produzione di collagene ed elastina.

● **Per risultati più immediati** prenota delle sedute dal medico estetico: utili cicli con apparecchi a radiofrequenza, che emettono un flusso di calore capace di incentivare i fibroblasti a produrre il collagene e di "accorciare" le fibre della pelle, con un effetto rassodante (specie nell'interno coscia).

Elastic-girl con gli oli essenziali

Sei una eco-glam addicted e ami il fai da te? Prova questa ricetta naturale. Acquista una crema-base (in farmacia) e al momento dell'uso aggiungi un mix di oli essenziali ricchi di principi attivi elasticizzanti. Le dosi per otto cucchiaini di crema o emulsione sono: 2 gocce di olio essenziale di geranio, 2 di ylang ylang, 2 di lavanda, 1 di incenso, 2 di limone. Applicala con un lieve massaggio circolare.

Tonificati e rinforzati



Rassodante
Modelliance Body di Eucerin riduce l'effetto della pelle a buccia d'arancia. 250 ml, 25,50 €. In farmacia.



Con roll-on
Pratico ed efficace l'anti-cellulite ribelle Roll-on Doppio Massaggio di Garnier, 150 ml, 13,65 €. Nei super.



Rinfrescante
Leg Laser di Biotherm con canfora e mentolo rende le gambe subito scattanti. 125 ml, 32,60 €. In profumeria.



Capillari ok
A base di semi di vite rossa, dona sollievo alle gambe gonfie. SoliVen Crema di Bios Line, 100 ml, 13 €. In erboristeria.