

cosmetici antigravità

La buona notizia ci arriva dall'Università di Oxford: **il grasso sui glutei non è dannoso per l'organismo**, anzi protegge dalle malattie metaboliche. Quella cattiva arriva invece dallo specchio: cuscini e cedimenti sul lato

B tolgono armonia alla figura. I cosmetici lavorano su entrambe le direzioni con l'obiettivo di rimodellare il fondoschiena: riducono le rotondità troppo abbondanti e risolvono i tessuti che scivolano assecondando la forza di gravità. Nutrito il pool di attivi: **caffèina, alghe e carnitina attivano la lipolisi, il processo di smaltimento dei grassi**; estratti vegetali drenano; oli e burri nutrono e danno elasticità; sostanze naturali rigenerano e stimolano la produzione di fibre elastiche, polipeptidi formano un film invisibile dall'effetto guaina. Per potenziare le formule fare ogni due giorni uno scrub per assottigliare una pelle spessa che con difficoltà assorbe i prodotti di trattamento.

rimodellante

Risolleva e rimodella. **Keep me up Gel Glutei di FGM04** combina proteine naturali per nutrire, vitamina PP per rafforzare la cute, vitamina E per proteggere, olio di capsico e mentolo per stimolare e rassodare (erboristeria, 29 euro).



caffèina sciogli-grassi

Formula ultra-concentrata per **Glutei Up** di **Leocrema**: la caffeina snellente e dall'azione sciogli-grasso si combina con fitoestratti di lespedeza capitata, dalle proprietà drenanti e con polipeptidi ad effetto tensore immediato (grande distribuzione, 7,90 euro).



a tutto tondo

Da **Bios Line**, **Cell-Plus Alta Definizione Crema Rimodellante Glutei**, associazione esclusiva di estratti vegetali e alghe tonificanti. Nella formula anche un estratto marino che funziona come attivatore di snellimento (erboristeria e farmacia, 25 euro).



ginnastica? meglio le scale

Per una volta lasciate perdere la camminata: non mette in moto i muscoli dei glutei e non li tonifica. A meno di non fare come Paris Hilton: lei che non ama le tenute sportive indossa spesso le **scarpe basculanti**. Il loro segreto? Fanno camminare come si fosse sulla sabbia e questo attiva i muscoli della parte posteriore del corpo, glutei compresi che si

risollevano e si tonificano. Da copiare anche l'idea di Katy Perry che si mantiene in forma saltando **la corda**. Certo ci vuole ritmo e costanza: saltare per un paio di minuti non basta, bisogna continuare per almeno dieci minuti. Troppo impegno? Il gradino è la vostra salvezza: **fate più scale possibile**, naturalmente in su, e il lato B ringrazierà.

NATICHE DA SOGNO

Secondo un recente sondaggio per le spagnole sono quelle di Jennifer Lopez, Shakira e Kim Kardashian. Per ottenerle sarebbero disposte a tutto: anche ad affidarsi alla chirurgia come riportato dal quotidiano *Diario del Leon* secondo il quale la richiesta di interventi al lato B è cresciuta negli ultimi tempi del 10%.