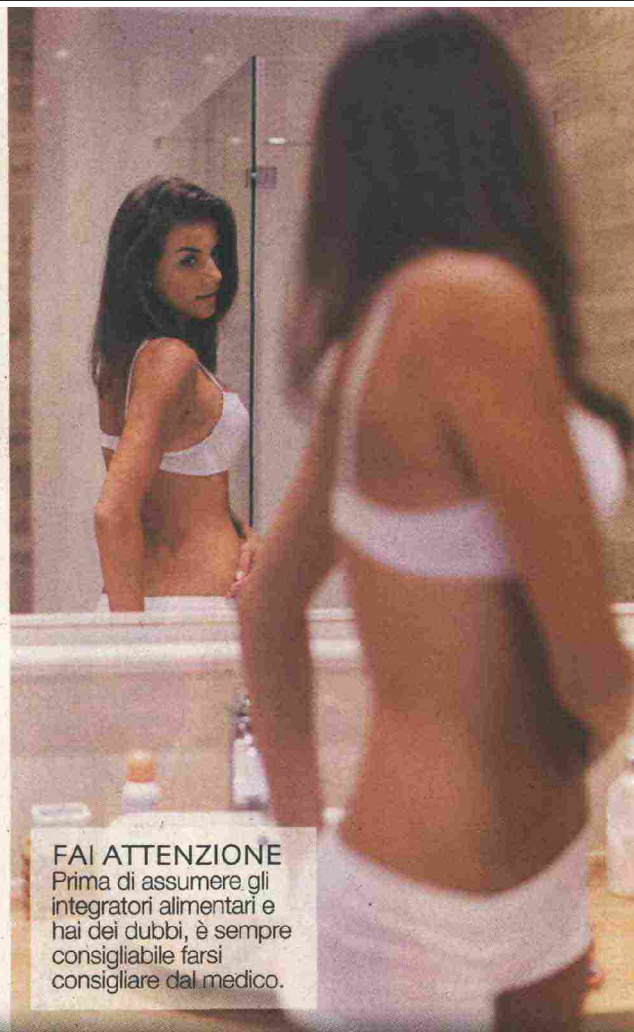


**TOP** beauty

# INTEGRATORI SALVA-LINEA

**RICCHI DI ERBE DRENANTI, SONO UN VALIDO AIUTO PER DIRE ADDIO A UN PAIO DI CHILI E FARTI INDOSSARE ANCORA I JEANS DELL'ANNO SCORSO...**

**G**li integratori alimentari specifici rappresentano un supporto molto valido per chi vuole ritrovare la linea. Il loro utilizzo, infatti, se associato a un'alimentazione equilibrata e all'introduzione di un minimo di attività fisica, aiutano a ritrovare un fisico tonico e vigoroso. Proposti in capsule oppure in bustine, spesso sono formulati con erbe dall'azione drenante, depurativa e in grado di tenere sotto controllo il peso corporeo. Tra gli estratti vegetali più utilizzati spicca il caffè verde, ideale per stimolare il metabolismo corporeo. E poi c'è la garcinia cambogia: simile a una piccola zucca contrasta l'assimilazione dei carboidrati e migliora l'umore. **T**



**FAI ATTENZIONE**  
Prima di assumere gli integratori alimentari e hai dei dubbi, è sempre consigliabile farti consigliare dal medico.



1. Vitamine, minerali, aminoacidi, estratti di senna e di garcinia cambogia che favoriscono il metabolismo dei grassi **PiperKal Adipe di Pool Pharma (24 €)**.
2. Integratore in bustine a base di coleus e centella asiatica anticellulite **Cell-Plus Destock di Biosline (19 €)**.
3. Controlla il senso di fame, riduce l'assimilazione dei lipidi **Garcinia Cambogia Formula Concentrata di Esi (17,85 €)**.
4. Stimola il metabolismo dei grassi **Caffè Verde Complex di Erbamea (13 €)**.

**NEWS**

**SOGNI D'ORO**

Insonnia, ma anche stress e ansia. Se soffri di questi sintomi, che sono molto frequenti in primavera, ti può aiutare l'assunzione di un integratore di melanina, che regola il ciclo sonno-veglia. **Sanifarma** propone **Melatonina System** (9,90 euro), nella versione da un milligrammo e nella confezione dispenser, comoda da portare anche in viaggio. Info: [www.melatoninasystem.it](http://www.melatoninasystem.it) e [www.sanifarmasrl.it](http://www.sanifarmasrl.it)



**SFUMATURE FIORITE**

Sembra un giardino fiorito la nuova gamma di smalti **Petals Collection** di **Zoya** (14 euro ciascuno). I colori sono freschi ed evocano le giornate primaverili piene di luce e di sole. Si parte dal bianco perlato, chiamato **Leila**, che puoi utilizzare da solo o sopra la tua lacca abituale, per arrivare al pervinca **Aster** e al **Rosa Azalea**. Se ti piacciono tonalità più vivaci osa, invece, il corallo (**Zahara**), il salmone pastello (**Tulip**) e il lampone brillante (**Laurel**). Tutte tonalità che si abbinano agli abiti della primavera. Info: [www.zoyacolors.com](http://www.zoyacolors.com)



di **Francesca Marotta e Carla Tinagli**