

bellezza | corpo

il "calore" anticellulite

I trattamenti che riscaldano sono la scelta d'elezione per contrastare cuscinetti e pelle a buccia d'arancia quando il termometro comincia a scendere

L'errore da non fare? «Dimenticarsi della cellulite quando inizia a fare freddo» risponde la dermatologa Gabriella Fabbrocini. «In inverno non solo cuscinetti e pelle a buccia d'arancia restano, ma rischiano di peggiorare, visto che ci si muove meno e il movimento è la chiave per mantenere attiva la circolazione e contrastare i gonfiori» prosegue l'esperta. Tra le strategie da adottare ci sono i trattamenti anticellulite. Le formule ideali adesso? Quelle che "riscaldano", regalando una sensazione di tepore.

Un'azione stimolante

Le formule riscaldanti anticellulite contengono sostanze, come la **capsaicina** e i **nicotinati**, in grado di richiamare sangue verso la superficie cutanea: il microcircolo si attiva, i tessuti ricevono ossigeno,

le **tossine** e i liquidi stagnanti vengono eliminati più facilmente e il prodotto penetra a fondo. ***** L'effetto riscaldante potenzia l'efficacia dei principi attivi contenuti negli anticellulite, sia quelli

come la **caffaina**, le **algh**e, il **tè** e il **guaranà**, che attivano il rilascio dei grassi di deposito, sia quelli come la **centella asiatica**, il **tarassaco** e il **fucus**, che proteggono il microcircolo e aumentano la diuresi.

Di giorno e di sera

Le formule che riscaldano si propongono in versioni diverse. Ci sono creme che si possono applicare in qualunque momento della giornata e trattamenti studiati in maniera specifica per la notte.

***** Il piacevole effetto caldo che sviluppano, oltre a essere una "coccola" che concilia il riposo, **stimola ancora di più il metabolismo cellulare** che durante il riposo è particolarmente attivo, favorendo l'azione snellente, drenante e rimodellante delle formule.

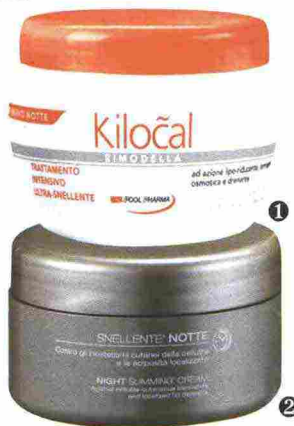
Per fare di più

Il momento ideale per applicare i prodotti che riscaldano è **dopo una doccia calda**: il getto inizia a richiamare sangue in superficie, azione che poi è proseguita dai principi attivi presenti nelle formule.

***** Se, poi, dopo aver applicato il prodotto si ha voglia di inflarsi una **tutina di plastica** (si può trovare nelle profumerie e nei negozi che vendono cosmetici) e di tenerla per almeno una mezzora, si ottengono risultati migliori, visto che il calore sviluppato fa penetrare e lavorare al massimo l'anticellulite.

1. Kilocal Rimodella
Trattamento Ultra-Snellente Intensivo Notte Pool Pharma
Il liporimodexin complex, combinato con alghe e coailino, sviluppa un'azione riducente termogenica che aiuta a ridurre gli accumuli adiposi localizzati e a restituire compattezza ai tessuti (farmacia, 400 ml, € 42,90).

2. Cell-Plus Snellente Notte
Alta Definizione Biosline
Grazie all'azione termoattiva, penetra a fondo e agisce durante il riposo, riducendo e rimodellando: con estratto di rosmarino, tonificante, e uno speciale attivatore di snellimento (erboristeria, 300 ml, € 29,50).



→ NELLA STAGIONE INVERNALE, LA CELLULITE

CI VUOLE UN IMPEGNO COSTANTE

Vietato trascurare la cellulite quando si comincia a coprirsi. «Fare miracoli a primavera è impossibile» spiega l'esperta. «L'inetestismo cellulitico è complesso e ha bisogno di essere trattato in modo costante, senza essere trascurato in inverno, pena ritrovarsi con il problema peggiorato all'arrivo della bella stagione» avvisa la dermatologa. Bisogna fare attenzione a quello che si porta in tavola, evitando di eccedere con i cibi dolci e salati, e fare attività fisica.

CALDO SÌ, MA NON TROPPO!

Se il calore provocato dai trattamenti termogenici è studiato per rendere più efficaci i prodotti, quello eccessivo finisce per essere dannoso in presenza di cellulite.

✓ **Attenzione**, quindi, al riscaldamento troppo alto, alle stufette avvicinate alle gambe, agli scaldini tenuti a contatto del corpo e agli stivali con il pelo, che possono rappresentare un ostacolo per la circolazione.

✓ E i bagni caldi? Meglio non esagerare con la temperatura dell'acqua e aggiungere nella vasca un prodotto apposito a base di sostanze per lo più di origine vegetale, che proteggono i capillari e favoriscono il drenaggio dei liquidi.

Non bisogna dimenticare che le temperature rigide determinano una vasocostrizione, con un minore afflusso di sangue, un'ossigenazione limitata dei tessuti e un drenaggio più difficile e lento dei liquidi, che finiscono per ristagnare, peggiorando l'inetestismo cellulitico.

3. Duo Guam Trattamento Anticellulite Crema Forte Azione Calda *Lacote*

Le alghe Guam e l'acqua di sorgente marina di Noirmoutier favoriscono il drenaggio; in più, riducono la pelle a buccia d'arancia e ridanno tono e compattezza ai punti critici (farmacia, 200 ml, € 29,90).

4. Combat Cell Anticellulite Effetto Caldo *Erboristeria Magentina*

Riattiva il microcircolo dando calore: burro di karité, acido ialuronico, sali del Mar Morto, rusca, escina e allantoina, insieme ai fiori di Bach, limano anche i cuscinetti più tenaci (erboristeria, 200 ml, € 24).

5. Liporeducer Crema Rimodellante *Rilastil*

Con peptidi e acido ximeninico ad azione

riducente e tonificante, crea un effetto riscaldante che ne potenzia l'efficacia. Può essere usato come impacco lasciandolo in posa per 15-20 minuti (farmacia, 200 ml, € 37).

6. Ananas Cell Idroconcentrato per bagno e idromassaggio *L'Erbolano*

Con semi di ippocastano e corteccia di frassino attiva il microcircolo favorendo il drenaggio dei liquidi, con *Coleus barbatus* attacca l'adipe (erboristeria, 200 ml, € 14).

7. Anticellulite Crema *Idage Biocosmeutica*

A effetto caldo, è a base di olio di cartamo, caffeina, tè verde, arancia amara, sambuco e ippocastano, che insieme attivano la lipolisi e il rilascio di liquidi e tossine (farmacia, 220 ml, € 37,70).

Servizio di Alberta Mascherpa. Con la consulenza della dottoressa Gabriella Fabbricini, docente di Dermatologia e venerologia all'università Federico II di Napoli.

TENDE A PEGGIORARE PERCHÉ IL FREDDO RALLENTA LA CIRCOLAZIONE SANGUIGNA

viversaniebelli 33