

B O D Y + B E A U T Y

D

Le Repubblica

INCONTRI  
Julianne  
Moore  
si mette  
a nudo

Cibo, sport, sex therapy  
**L'ESTATE FIT**

TENDENZE 2017  
Trucco full color  
Profumi verità  
Medicina estetica  
10 viaggi nel sole



# S

**SOLLEVO IL MARCHIORE MICA 80.** Sempre in assoluto cagliari: 99 (a poi, i cantoni del corpo femminile combiano con epoche e culture. Prendiamo due anni lontani e nel tempo la sinuosa Marilyn Monroe che vuol le frangito 7, ora il prossimo primo giugno, se l'ha leica: Felicia Pellegrini, in segno a luglio nel rancia di il uomo di Berlusconi. Anche se fisicamente diversa, con anche la sua si costruisce l'impegno a una vita di vita anche la sua vita nell'allenamento. L'insospettabile Monica, infatti, seguita regolarmente un'allenamento aerea tra i giovani in ogni dei posti e, nei primi anni della carriera, tutte le sue vite: jogging e sollevare, poi di un chilogrammo e il suo fitness.

## ITINERARIO RECORD

Chi è in cerca di risultati veloci o vuole tagliare gli effetti della dieta e della fatica fisica, prova una richiesta ufficio per la rimessa in forma più estiva nel mondo: un esercizio. «Gli ultrasuoni focalizzati stanno a fare la sua vita in un colloquio, notificando visibilmente la pelle con una leggera azione lipolitica», spiega Giuseppe Simi, chirurgo estetico a Napoli, Milano e Torino. «Sono ideati per un uso aerea intensa come le braccia o l'addome, le cosce e i glutei». In genere occorrono 3-4 appuntamenti, il costo è di circa 200 euro l'ora.

Se il risultato del 2004 è accettato, nella stessa sede degli italiani il risultato, dopo aver applicato una potenza acustica, si può abbattere le radiofrequenze, imitata a microaghi. «È una tecnica che sfrutta sia il calore sia l'azione meccanica di uno speciale manipolo, dotato di una placca montata su la quale sono inseriti dei microaghi chirurgici», continua Simi, «la loro azione stimola l'elasticità e l'addolcimento, oltre al collagene, con un effetto non paragonabile al risultato ottenuto dalla cura trattata». Una tecnica usata anche in altri siti: come si tratta di un massaggio multilivello assiale (la pelle viene

a ogni passaggio del manipolo 1.180 micro-stimoli si pesa da meno: quello è capace di lavorare a livello del tessuto connettivo. L'effetto è un più tonnellato, ardente e tonificante. Si usano solo a ciclo di 10-15 volte (80 euro l'ora, [www.usm.it](http://www.usm.it)).

Callina System è specifico per la cellulite di glutei e cosce. Si tratta di un innovativo apparecchio caricato da poco in Italia dagli Stati Uniti, con il controllo di diversi scienziati, come quelli pubblicati sul *Journal of Cosmetic Laser Therapy* e sul *Dermatologic Surgery*, e l'auto-licenzia del FDA (il ministero di controllo su farmaci e alimenti). La sua azione è ricambiata da due piattaforme: una solleva la pelle per effetto vacuum (un'aspirazione interna), l'altra è dotata di un ago-biuretto capace di recidere in modo preciso e controllato il grasso ed epidermico. In questo modo si crea un "tempore" i seni che conferiscono il tipico aspetto "a cuscino" della cellulite. Richiede un'unica seduta, in anestesia locale, ed è adatta per chi ha la pelle ancora elastica: una scossa in diretta presenza di tessuto adiposo. È un'ottima notizia sul fronte di una glutei e cosce fino a oggi: i trattamenti che a tre anni di distanza dal trattamento i risultati rimangono stabili. Il costo è di circa 2.500 euro (a [www.usm.it](http://www.usm.it)).

## FUTURO SNELLO

Quando si pensa a la forma fisica, il risultato è la vita è immediato. Un ruolo importante gioca la ricerca scientifica. Come quella dell'Università di Bath, nel Regno Unito, pubblicato sulla rivista *American Journal of Physiology - Endocrinology and Metabolism*. Concludono 16 uomini in sottopeso (a definizione accademica) che fino a un'ora prima di un pasto vuoto porta a bruciare più grassi. I loro studi sono seguiti da individui sottopeso (BMI inferiore a 20) e i risultati non hanno lasciato spazio a dubbi: senza colazione, il mattino, si costringe l'organismo ad utilizzare il tessuto adiposo come carburante.