



PODOVIS - Crema Pomice

ITALIA - GUIDO VENEZIANI PUBBLICITA - VERO - 24-LUG-14 - Pag.: 104/105

**Bellezza** Regole di seduzione

# SOGLI UN'ESTATE SUPERSEXY? PUNTA SU GAMBE DA PIN-UP

**Un'esfoliazione delicata, ginnastica su misura e cosmetici ad hoc. E potrai fluttuare su sandali e stilette. In perfetta forma**

**E** saltate dai tacchi alti e dagli abiti leggeri che le svelano, le gambe nella bella stagione vivono il loro momento d'oro. Per essere all'altezza, però, devono essere agili e scattanti. Se le hai trascurate durante l'inverno corri ai ripari con una veloce "rimessa in forma", anche perché con il caldo le caviglie tendono a gonfiarsi. Adotta qualche regola di bellezza e di vita e le sentirai di nuovo leggere.

## FAI LO SCRUB

L'esfoliazione è necessaria per eliminare la pelle secca e le cellule morte. Inizia a usare un prodotto a giorni alternati prima della doccia e del bagno: massaggiato con movimenti circolari sulla pelle umida. Puoi adoperare anche un guanto di cellulosa che, a contatto con l'acqua, si "gonfia" e diventa rugoso, perfetto per staccare con delicatezza le squame più superficiali. Continua an-

che al mare quando ti esponi al sole: se la pelle è omogenea, riflette la luce e rende la tua abbronzatura più splendente e luminosa. **Puoi anche fissare dall'estetista qualche seduta di scrub professionale a base di sali del Mar Morto. Questi vengono emulsionati con un olio e poi lasciati in posa con un bendaggio tiepido per una ventina di minuti. Oltre ad avere un effetto esfoliante, svolgono un'azione drenante contrastando gonfiore e ristagni.** Se fai la pulizia profonda a casa, risciacqua via tutto con una doccia tiepida e alla fine passa sulle gambe un getto di acqua fredda: è tonificante e stimola la circolazione del sangue che, quando fa caldo, spesso è più lenta. Asciugati bene con un telo in cotone e massaggia una crema idratante: restituisce alle gambe quel film idrolipidico che è stato aggredito durante il lavaggio.

