

**Cellulite** Contorni ben definiti sono il frutto di un lavoro costante. Se vuoi sfoggiarli l'estate prossima, inizia subito a contrastare ciccia e rotolini

La prova del costume è impegnativa ed è bello affrontarla senza un filo di cellulite. Ma combattere questo inestetismo anche durante la stagione fredda dà un doppio risultato. Evita di ricorrere, in primavera, a trattamenti d'urto che non garantiscono gli esiti sperati. E, soprattutto, mantiene la circolazione attiva e i

tessuti cutanei liberi dai liquidi in eccesso. L'ideale è fare uno scrub sulle zone critiche ogni due settimane, seguito dalla posa di fanghi a base d'alga, altamente drenanti. Mentre la crema specifica anticellulite va massaggiata tutti i giorni, dopo la doccia.

**Il consiglio** Bere 1,5 l di acqua al giorno anche in inverno aiuta il drenaggio.



**Fanghi d'Alga (Guam, 38,50 euro):** coperti con la pellicola trasparente, agiscono in 45 minuti di posa.  
**Scrub Levigante (Somatoline Cosmetic, 28 euro):** con sali marini, eliminano le cellule morte.  
**Lipofusion Crema-Gel (Rilastil, 32 euro):** con oli essenziali ed estratto di ippocastano, drena e snellisce.

**Depilazione** Una visita medica o un incontro romantico. Sono tante le occasioni in cui la peluria crea disagio. Obbligatorio eliminarla 12 mesi all'anno

Anche in inverno può capitare di spogliarsi davanti a un "pubblico". Ma se succede in un momento inaspettato? Per evitare ogni imbarazzo è indispensabile avere sempre gambe, inguine e ascelle impeccabili. Per polpacci lisci, da accarezzare, è consigliata la crema depilatoria, che agisce in pochi minuti su zone estese. Per

le ascelle, invece, va benissimo il rasoio, da usare tranquillamente tutti i giorni, perché non è vero che fa crescere i nuovi peli più spessi. Le strisce, infine, sono suggerite per un inguine a prova di corso di nuoto in piscina: il risultato dura fino a un mese.

**Il consiglio** Il giorno dopo la depilazione, il guanto di crine evita i peli incarniti.



**Crema Depilatoria (Veet, 6,99 euro):** arricchita con latte di fiori di loto, è delicata sulla pelle.  
**Venus Oceana (Gillette, 7,98 euro):** ha la testina mobile e una striscia lubrificante che lo rende più scorrevole.  
**Strisce Viso e Bikini Argan (Depilzero, 4,34 euro):** sono formulate apposta per rendere lisce le zone sensibili.

**Piedi** Stivali e polacchine li mettono a dura prova. Quindi, visto che sono il sostegno del corpo, vanno curati. E resi più belli, anche se non vengono esibiti

Un errore comune, quando si rimettono le calze, è dimenticarsi dei piedi. Sbagliatissimo. Costretti a sopportare il peso del corpo e imprigionati in scarpe chiuse, se non vengono curati possono presentare calli, duroni o comunque pelle ispessita. Oltre a non risultare freschissimi. Una volta al mese è buona abitudine passare una spugna abrasiva, insi-

stendo su talloni e attacco delle dita, le parti più soggette a sfregamenti e comparsa di inestetismi. Ogni giorno, invece, va applicata una crema emolliente e deodorante. E chi ama lo smalto, lo scelga trasparente: dà un tocco glam alle unghie e tiene in ordine le pellicine.

**Il consiglio** Un pediluvio alla sera attenua gonfiore e stanchezza alle gambe.



**Crema Nutriente Talloni Screpolati (Podovis, 5,35 euro):** con urea e agenti antibatterici, ammorbidisce e deodora.  
**Smalto Gloss Effetto Gel (Collistar, 6,60 euro):** trasparente, non si vede ma dà un tocco scintillante alle unghie.  
**Spugna Minerale (Dottor Ciccarelli, 4,70 euro):** ha un lato bianco, duro e abrasivo, e uno nero, morbido e levigante.