Mientras duermes

Investigaciones recientes han demostrado que de noche se potencia la absorción de los principios activos y la división de las células grasas. Para aprovechar este mecanismo natural, los laboratorios han formulado un concentrado de activos anticelulíticos en un *micropatch*, un sistema de propagación que los libera gradualmente durante el sueño.

1. Superconcentrato notturno anticellulite con Micro-Patch® attivo. Aplica con el cuentagotas en las zonas a tratar y deja actuar durante toda la noche. COLLISTAR 53,40 €.

Opción natural

Aunque la celulitis se evidencia a cualquier edad, de jóvenes el problema es menor y más fácil de solucionar. Una buena opción para mejorar la arquitectura de la dermis es rejuvenecerla, devolverle su estado óptimo. Plantas como *Espilantes alba* (más concretamente el concentrado de savia de las yemas de la flor) rellenan, reafirman y alisan la piel desde el interior.

2. Aromessence Excellence sérum activateur de jeunesse corps. DECLÉOR 60€.

Sin masaje

La mejor manera de activar la eliminación de grasas es movilizándola, pero no todas sabemos ni tenemos tiempo de aplicar un masaje para facilitar la acción lipolítica. Hay productos que no lo necesitan, con activos capaces de reducir la formación de células grasas e incrementar la descomposición de las ya existentes.

3. Good-bye Cellulite gel-crema NIVEA 11,35 €.

O con masaje

Pero si tenemos tiempo, ¿hay mayor placer que invertirlo y dejarnos acariciar por una textura fundente especialmente desarrollada para facilitar el masaje y acelerar el proceso adelgazante y reafirmante?

4. Masvelt, crema adelgazante zonas rebeldes (caderas, cintura, vientre, brazos) CLARINS 51 €.

El láser definitivo

SmoothShapes XV es un láser de alta potencia que consigue remodelar el cuerpo, alisando los hoyitos de la piel causados por la celulitis. Penetra en el tejido y es absorbido por los lípidos, provocando un efecto térmico que modifica las células grasas facilitando su evacuación. Es indoloro y permite reanudar la vida diaria de forma inmediata.

La Dra. Adriana Ribé (telf. 145987895) propone un protocolo de 8 sesiones (130 €/s) en un mes para lucir una bonita figura antes del verano.

Aceites vegetales

De abedul, de café, de *Fucus vesiculosus*, de semillas de uva. Una avanzada formulación que contribuye a potenciar las propiedades intrínsecas de cada ingrediente para corregir y mejorar la apariencia de la temida piel de naranja, ayudando a disminuir el tamaño de los depósitos de grasa que forman bolsas bajo la piel.

5. Aceite Anticelulítico, de venta en farmacias y parafarmacias, URESIM 19,20 €.

Póntelo

Textil cosmético. Hace unas semanas hablábamos de los *jeans* anticelulíticos (los estamos probando), hoy presentamos un *shorty* que masajea muslo, vientre y glúteos para estimular la microcirculación y combatir la piel de naranja. Con ingredientes activos que se liberan con la fricción de la piel.

6. Bodytonic, shorty reductor, estiliza la silueta. Aguanta hasta 30 lavados. GARNIER 25€.

Área de conflicto

Porque la acumulación de grasa en la zona abdominal es un problema para los dos, Vichy presenta *Destock Vientre* (15), tratamiento reductor y reafirmante específico de vientre para hombres y mujeres, 25,99 €.

DIFERENTES TIPOS DE CELULITIS

	ACUOSA O INFILTRADA	ADIPOSA	FIBROSA
CAUSAS	Retención de liquidos causada por un problema en la circulación venosa o linfática	Exceso de grasa. Adipocitos numerosos o de volumen importante.	La evolución de la fase anterior comprime células, vasos linfáticos y nervios formando macronódulos
CARACTERÍSTICAS	Flexible y no dolorosa, aspecto de piel de naranja.	Blanda, espesa e indolora. Irregularidades en la superficie de la piel, pérdida de firmeza.	Dura y dolorosa. Celulitis profun da acompañada de una flacidez cutánea severa.
LOCALIZACIÓN	Glúteos, muslos, caderas	Glúteos, muslos, caderas, vientre	Glúteos, interior de los brazos y de los muslos, caderas, rodillas
SOLUCIÓN	Esta fase mejora notablemente con una dieta adecuada y ayuda cosmética	Además de buena alimentación y cosmética, tratamientos profesionales estéticos	Aunque la medicina estética hace milagros, algunos casos sólo se solucionarán con cirugía.

Forskoline

Elimina la grasa local. El forskoline, componente activo de la planta del Himalaya del que se extrae su extracto, actúa directamente en el fenómeno de la lipólisis, reduciendo la síntesis de las células grasas y mejorando la circulación sanguínea.

7. Soin du corps gel modelante DARPHIN 34 €.

Por boca

Quema, drena, elimina y detoxifica con preparados de farmacia que favorecen la eliminación de líquidos y toxinas y reequilibran el organismo. Es una buena opción para aquellas personas que quieran probar algún programa previo a las vacaciones, antes de la menstruación, cuando existe retención de líquidos, para depurar cuando nos hemos excedido con alimentos, alcohol, tabaco... Y como coadyuvante en un programa de control de peso, junto a dieta y ejercicio físico.

8. Turboslim drenante, programa 10 días, FORTÉ PHARMA 21 €. **9. 4321 en línea Minceur** elimino+. ARKOPHARMA 15 €. **16. Celulitis,** concentrado nutricional piel de naranja INNÉOV 24 €.

Tecno pulsada en casa

La corriente galvánica pulsada reduce los signos visibles del envejecimiento, al mismo tiempo que suaviza el aspecto de la grasa y la celulitis y mejora el aspecto de la piel, dejándola firme y tonificada. Hasta ahora, este tratamiento sólo podía hacerse en cabina; hoy lo llevamos a casa.

10. AgeLOC® Galvanic Spa, Shaping Gel (azul) y Dermatic Effects (blanco). NUSKIN® 352 €.

Cecropia antigrasas

La cafeína, el activo anticelulítico de referencia, es única en la lucha contra los diglicéridos (moléculas de almacenamiento de grasas) pero poco efectivo contra los triglicéridos (macrograsas resistentes e incrustadas). La cecropia, activo natural y vegetal originario de Guyana, sí puede. Actúa contra ellos y es capaz de degradarlos y convertirlos en diglicéridos.

11. Slim con cafeína y cecropia, elimina incluso las grasas más resistentes ELANCYL 35€.

Hazlo tú misma

La mesoterapia anticelulítica es una de las opciones médicas más seguras. Mediante inyecciones múltiples se introduce una solución que elimina las grasas almacenadas. Ahora puedes hacerlo en casa, gracias a un rodillo con microagujas de 0,25 mm que crea minúsculos canales para facilitar la penetración del producto aplicado.

12. Meso-Sculpt, un nuevo concepto de acción adelgazante. FILORGA 169 €.

Sin parabenos

Seguro que estás aburrida de oír esta frase. Y no es que los parabenos sean del todo malos; son un buen conservante, pero a veces causan alergia, y cuando hay que usar un producto durante una larga temporada (como es el caso de los anticelulíticos, que son eficaces pero con constancia), es mejor librarnos de ellos.

Jalea adelgazante y firmeza SEPHORA 15 €.

Reprogramación celular

Hay dos tipos de adipocitos; unos son reservas de energía, y otros los que gastan. El loto sagrado, en combinación con sauce blanco y péptido biotecnológico, transforma los primeros en los segundos, consiguiendo así un mayor gasto energético.

14. Body slim, concentrado, LIERAC 42,50 €. ■

Mixta
Algunas personas sufren una combinación de celulitis acuosa y adiposa. Los tratamientos profesionales de uso casero dan buenos resultados.

FOTOS: C.G. MAZZEGA, GALLERY STOCK, MARIA PADILLA

CORRER, SUBIR LAS ESCALERAS, HACER GIMNASIA… PRACTICA A DIARIO EJERCICIOS 'QUEMAGRASAS'.