

# AMICA

N. 4 - APRILE 2023  
EURO 3,90  
WWW.AMICA.IT

YSAUNNY BRITO

MAKE UP  
COLORI  
PRIMARI

MODA  
NUOVA  
FEMMINILITÀ

SPECIALE  
ACCESSORI

DONNE & DESIGN  
I NOSTRI SPAZI  
MULTITASKING

ISSN 1120432 (ONLINE)



9 771120 432606

GLOW TONIC DI  
PIXI UNIFORMA  
IL COLORITO  
DI GOMITI  
E GINOCCHIA  
(100 ML,  
EURO 12).



## KIM DOCET

Una fan del macchinario Morpheus8 Body è una certa Kim Kardashian. E non è la sola. Anche Chrissy Teigen, Lindsay Lohan e Jessica Simpson hanno esaltato le forme ritrovate grazie a questo strumento medico. «Si tratta di un ottimo trattamento per combattere anche la lassità cutanea del ginocchio, grazie alla combinazione della radiofrequenza frazionata con microaghi d'oro, che agiscono nello strato sottocutaneo fino a cinque millimetri in intervalli di microsecondi», conferma Carola Di Giulio, fondatrice di Julius Clinic Aesthetics, tra le prime in Italia a dotarsi di Morpheus8. «Bastano tre sedute nell'arco di sei mesi per risultati duraturi. In certi casi permanenti».

*Per le tattoo lover Considerata la particolare curvatura di questa parte di gamba, i tatuatori consigliano disegni a forma circolare. Tra le figure più gettonate, ci sono la bussola e l'occhio che vede tutto. Ma anche stelle e pianeti*



LUNA 4 BODY  
DI FOREO  
ESFOLIA  
E MASSAGGIA  
IL CORPO,  
GINOCCHIA  
COMPRESA  
(EURO 149).

## BOLLICINE

Un'altra strada offerta dalla medicina estetica, sempre più gettonata, è la carbossiterapia. Avviene in ambulatorio senza ricovero e «consiste nell'insufflare anidride carbonica nei tessuti», spiegano alla Clinica Rigenerativa Domus. «La CO<sub>2</sub> sterile è erogata da un apparecchio dotato di un serbatoio che la contiene e di un flussimetro che ne regola temperatura e flusso». Niente paura: la somministrazione nel tessuto sottocutaneo avviene mediante aghi estremamente sottili, previa anestesia della parte. E soprattutto dura pochissimi minuti. Grande classico del trattamento anticellulite, ha un'efficacia immediata perché genera un aumento dell'ossigenazione dei tessuti che migliora la funzionalità del microcircolo e favorisce l'elasticità.

## LA RETTA VIA

Indipendentemente dalla scorciatoia scelta, un po' di sport aiuta a mantenere il risultato e a evitare il cedimento progressivo. «Nel caso del ginocchio, il muscolo da allenare è il quadricipite femorale», spiega Vincenzo Palumbo, personal trainer e creatore di VPGym, piattaforma virtuale per l'allenamento. «È possibile tonificarlo anche a casa con semplici esercizi quotidiani. I più mirati sono gli squat (piegamenti sulle gambe leggermente divaricate, ndr) e gli affondi (passi lunghi effettuati piegando entrambe le ginocchia fino a formare due angoli di 90° tra coscia e polpaccio, ndr). L'uso di due piccoli manubri può rendere più intenso ed efficace il workout».

INTENSIFICANO  
IL WORKOUT  
I MANUBRI  
ERGONOMICI  
IN PVC DA UN  
CHIOLOGRAMMO  
DI DECATHLON  
(EURO 10,99).



GEL-CREME  
XERIAL 30  
DI SVR LEVIGA  
LA SUPERFICIE  
CUTANEA E  
RIDUCE FINO AL  
66 PER CENTO LE  
MACCHIE ROSSE  
(75 ML, EURO 22).

## BODY PAINTING

Senza bisogno di essere atlete da medaglia, anche organizzare una pattinata al parco o sostituire l'auto con la bicicletta, alla lunga, può fare la differenza. Ma non bastare. Perché anche l'occhio vuole la sua parte. Un ginocchio troppo scuro, con discromie dovute a cicatrici, o grinzoso può essere curato e «truccato». Innanzitutto con uno scrub settimanale seguito da massaggio, per esempio col Gel Concentrato Antirugosità Xerial 30 di Svr, che restituisce luminosità e morbidezza. Per rimodellarlo sotto la doccia, può essere d'aiuto il guanto meccanico venduto in coppia con Slim Massage di Elancyl: concepito con un chinesiaterapista, riproduce la tecnica professionale del «pinch-roll», che pinza e leviga contemporaneamente sgonfiando i tessuti. E perché non finire con un fondotinta-correttore per il corpo?