

## PESERICO

DISCOVER THE SPRING/SUMMER 18 COLLECTION

SHOP NOW



SPONSORED CONTENT  
Paganella in famiglia

VF per PAGANELLA



VISO E CORPO  
Estate in arrivo?  
Prepariamoci in bellezza



MAKE UP  
Rouge G: il segreto di un  
rossetto leggendario

BEAUTY , BEAUTY STAR

## I rimedi anticellulite delle star

14 MAY, 2018  
di ALICE ROSATI



Se siete delle #bodypositive, il rimedio numero uno per combattere la cellulite è smettere di curarla, la modella Ashely Graham insegna. Oppure provate uno dei sei trattamenti nella gallery, celebrity approved



**Cellulite**, una parola che mette democraticamente d'accordo tutte le donne. Un inestetismo che colpisce il 90% della popolazione femminile, magre comprese. Star e modelle anche, manca solo più la Barbie con la cellulite. Recentissima la foto rubata di **Bella Hadid** con un bikini piuttosto sgambato e la pelle del lato b non proprio tonica (nella [gallery](#)).

Se siete delle **body positive**, allora il **rimedio numero uno** da seguire è quello della modella curvy Ashley Graham. Ovvero, **smettere di curare la cellulite**. Del resto, non c'è niente di male, l'importante è sentirsi a proprio agio. Non è necessario lottare tutta la vita per debellare un difetto, spesso capita, infatti, di concentrarsi di più sulle imperfezioni minime e di gettare psicologicamente la spugna su quelle più evidenti, dove la soluzione richiede troppo sforzo e i risultati non danno abbastanza benefici. Della serie, ce l'ho e me la tengo, caso chiuso.

## LEGGI ANCHE

[9 consigli cinici per combattere la cellulite](#)

Se, invece, ci tenete a uscire degnamente dalla radiografia che le altre donne vi faranno in spiaggia quest'estate (sono loro le peggiori giudici, gli uomini della vostra cellulite quasi non si accorgono neanche), potete prendere spunto dai **trattamenti usati dalle celebrity**. Perché nonostante dichiarino di sentirsi «ok» con la loro buccia d'arancia, come aveva affermato Blake Lively, silenziosamente cercano di debellarla.

## L'ABBRONZATURA SPRAY

È uno dei metodi amati da Kim Kardashian. Vi siete mai rese conto che quando avete la pelle abbronzata la cellulite si vede molto meno? Ecco, camuffatela con gli autoabbronzanti spray, che lasciano un risultato naturale.

## IL FASCIA BLASTING

Negli Stati Uniti è il metodo più gettonato. Usato già da Khloé e Kourtney Kardashian in *Al passo con i Kardashian*, l'ultima ad aver ceduto a questo tool che lavora per lisciare il tessuto connettivo dove ci sono le cellule di grasso, è [Chiara Ferragni](#). Smascherata dal compagno Fedez, che ha postato una IG Story. La fitness blogger Kaila Itsines usa il foam-roller, un rullo in schiuma con cui fare un massaggio miofasciale 10 minuti al giorno, prima o dopo l'attività sportiva.

## VELASHAPE

Tra gli angeli di Victoria's Secret è il trattamento che va per la maggiore. **VelaShape III** di Syneron Candela, macchinario che combina radiofrequenza bipolare, laser a infrarossi e aspirazione meccanica che migliora il drenaggio linfatico, per dare risultati rapidi e visibili grazie all'azione simultanea che si ottiene sia sugli strati superficiali che su quelli profondi dei tessuti interessati dalla cellulite.

## IL BAGNO CON LE ALGHE

Come fa Ellie Goulding. Attiva il microcircolo e aiuta ad eliminare le tossine. Se volete un effetto ancora più drenante, aggiungete il sale grosso.

## LA CRIOTERAPIA

## TOP STORIES



VIAGGI

Diario di viaggio: una giornata in Madagascar

VANITY FAIR per VERATOUR



MAKE UP

Come avere ciglia da bambola



## VANITY FAIR.it

Gli sportivi la usano per alleviare i dolori articolari, ma questa terapia del freddo che arriva a -160 gradi grazie all'evaporazione di azoto liquido, ha effetti benefici anche sulla tonicità della pelle e sui cuscinetti di grasso perché viene stimolato il metabolismo.

### **I MASSAGGI MANUALI**

Come quelli a cui si sottopone regolarmente la top Izabel Goulart. Massaggi linfodrenanti che migliorano il microcircolo e la ritenzione dei liquidi.

**MORE**



VIAGGI

**Il cuore di Zurigo, un vero e proprio bouquet**

**VANITY FAIR per ZURIGO**