

Francesca Marotta e Didi de Cuir

BELLEZZA

Avere un décolleté perfetto!

Tante vitamine, acqua e prodotti mirati sono quello che ci vuole per mantenere una scollatura sempre in forma e sensuale

Massimo punto di seduzione nel corpo di una donna, il seno deve essere sodo e in forma. Un risultato impossibile? No, sicuramente difficile, ma basta seguire qualche accorgimento per avere un décolleté sempre tonico.

Consigli beauty

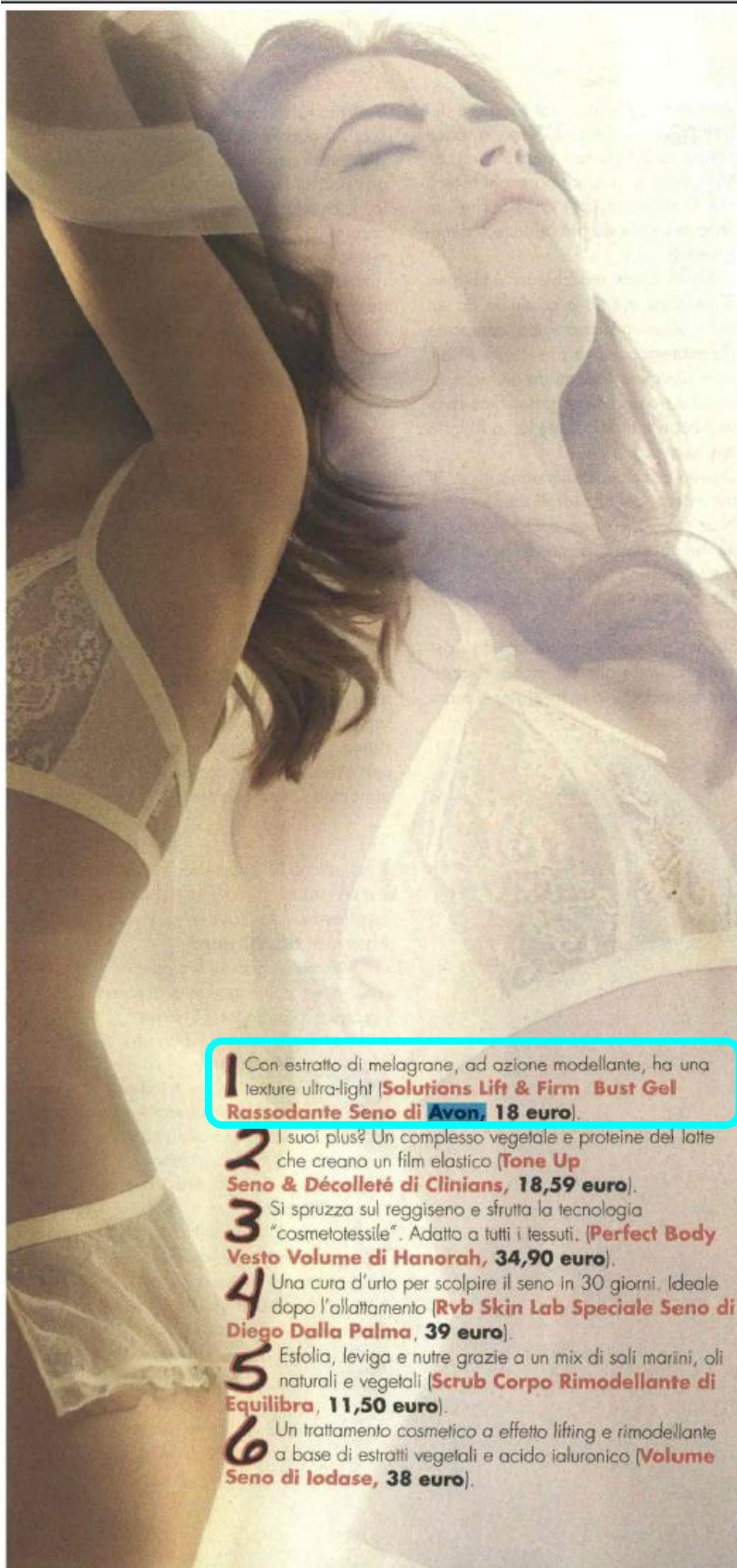
«Fin dall'adolescenza il seno deve fare i conti con la forza di gravità e con una zona in cui la pelle, già sottile e delicata, è costretta a dover sostenere un peso più o meno rilevante», dice Antonino Di Pietro, dermatologo e presidente Isplad (International Italian Society of Plastic-Regenerative and Oncologic Dermatology).

«La prima cosa da fare è prendersi cura della pelle: più è elastica e idratata, migliore sarà il suo aspetto e la sua tenuta». Qualche suggerimento?

- Comincia sin da giovane ad applicare una crema idratante o un olio di mandorle dolci dopo la doccia.



VALISERE



1 Con estratto di melagrane, ad azione modellante, ha una texture ultra-light (**Solutions Lift & Firm Bust Gel Rassodante Seno di Avon, 18 euro**).

2 I suoi plus? Un complesso vegetale e proteine del latte che creano un film elastico (**Tone Up Seno & Décolleté di Clinians, 18,59 euro**).

3 Si spruzza sul reggiseno e sfrutta la tecnologia "cosmetotessile". Adatto a tutti i tessuti. (**Perfect Body Vesto Volume di Hanorah, 34,90 euro**).

4 Una cura d'urto per scolpire il seno in 30 giorni. Ideale dopo l'allattamento (**Rvb Skin Lab Speciale Seno di Diego Dalla Palma, 39 euro**).

5 Esfolia, leviga e nutre grazie a un mix di sali marini, oli naturali e vegetali (**Scrub Corpo Rimodellante di Equilibra, 11,50 euro**).

6 Un trattamento cosmetico a effetto lifting e rimodellante a base di estratti vegetali e acido ialuronico (**Volume Seno di Iodase, 38 euro**).

- Se fai una maschera al viso, estendi il prodotto anche sul seno.
- Intorno ai 25 anni utilizza i prodotti modellanti e a effetto tensore.
- Quando fai la doccia, indirizza il getto freddo sul seno per qualche secondo: la bassa temperatura favorisce la contrazione dei vasi sanguigni e dei capillari e rassoda.
- Evita i bagni caldi che rilassano troppo la cute.
- Dormi sulla schiena e non a pancia in giù, così non comprimi e sovraccarichi i pettorali. Anche l'alimentazione è importante. «Per avere una pelle più idratata consuma carote, melone, spinaci, broccoli. Sono tutti alimenti che contengono vitamina A. Se sei soggetta a irritazioni, assumi vitamina E, che si trova nel lievito di birra, cereali e verdure a foglia larga. Quando il seno è poco elastico conviene mangiare cibi ricchi di vitamina C, come gli agrumi e le fragole». Attenzione, poi, ai dimagrimenti troppo drastici: favoriscono la perdita dei tessuti connettivi.

La lingerie giusta

Un altro punto fondamentale è la scelta del reggiseno. «Indossa sempre un modello della tua taglia», aggiunge il dermatologo. «Non commettere l'errore di usarne uno di una taglia più piccola per creare un effetto "balconcino". Il reggiseno permette di contrastare gli effetti della forza di gravità, dal momento che l'elasticità del derma diminuisce con il passare del tempo». Per questo occorre indossarlo sempre, soprattutto se hai il seno voluminoso e fai attività fisica. I modelli migliori? Quelli normali, lasciando push-up e stecche solo a occasioni speciali. Anche quello con il ferretto, che non segue esattamente la base della mammella ed è più stretto, in quanto preme sul cono mammario, è meglio non usarlo tutti i giorni perché può provocare dei microtraumi. Se fai sport compra un modello con allacciatura anteriore, eventuali bande di rinforzo o bretelle che possono essere incrociate e coppe non rinforzate ma in tessuto elastico che si adattano alla forma del seno.