





Insieme al *big booty*,
le gambe tornano
a essere il simbolo
della femminilità.
E anche se il loro
destino estetico è già
scritto nell'adolescenza,
ritocchini sempre
più sofisticati, workout
ragionati e massaggi
iper tecnologici ci
avvicinano alle forme
sensuali delle celeb

di ROSSELLA FIORE
foto CHARLOTTE WALES

sexy

14.11.2018

VANITY FAIR | 185

► 14 novembre 2018

Tutta colpa di Beyoncé e Kim Kardashian, del *twerking* e dei Mondiali in Brasile, ma ancora prima della Venere Callipigia, testualmente la Venere «dal bel lato B». Non solo in estate: oggi, più del seno, gambe e posteriore tonici risalgono la top list dei desiderata femminili, come canta Meghan Trainor nella hit *All About That Bass* (omaggio pop alle silhouette a forma di basso). Quello di *big booty* ed estremità tonite è un business milionario votato alla lotta contro cellulite e lassità che spazia dalla cosmetica alla chirurgia plastica, agli allenamenti personalizzati.



1. Latte corpo che idrata per 48 ore grazie all'olio di cartamo e al burro di karité: **Body-Nutrit di Lierac** (€ 14,90). 2. Arricchito con polisaccaridi di avena rimodella e rassoda in modo visibile grazie all'effetto «guaina»: **Haute Beauté Crème Révélatrice Fermeté di Carita** (€ 117). 3. Con cera di fiori d'arancio, latte di pesco e olio di aleurite, una pianta tropicale, nutre intensamente la pelle: **Baume Corps Super Hydratant Neroli di Clarins** (€ 17). 4. Spuma morbida ricca in burro di karité e con proteine della seta: **Crema Corpo Express Settificante di Biopoint** (€ 9,90). 5. Con estratti di mandarino, ribes, carota e attivi vegetali che contrastano i radicali liberi: **Latte Corpo Antiossidante Lenitivo Green Mandarin di Acca Kappa** (€ 33). 6. Con radici di fiordaliso rassodante, semi di giuggiole tonificanti ed estratto di castagna elasticizzante: **Body Burro Corpo Intelligente di Korff** (€ 45).

Les jeux sont faits

La produzione di grasso ha una scadenza: l'adolescenza. «Entro i 16 anni, produciamo il numero totale di cellule adipose nel corpo. Con gli anni possiamo solo ingrandirle», spiega Sergio Novello, direttore sanitario della clinica Milano Estetica. È una notizia feroce che, però, ne porta con sé una buona: «Se si elimina il grasso in una certa area non ricresce più. Per questo la liposuzione è così efficace». E negli ultimi anni è anche migliorata: «Attualmente vengono adoperate cannule laser molto sottili che sciolgono il grasso, riducendo significativamente gli edemi post operatori. L'intervento può essere fatto in anestesia locale, i tempi di recupero sono molto ridotti e il risultato è definitivo», dice Novello (milanoestetica.it).

Il grande freddo

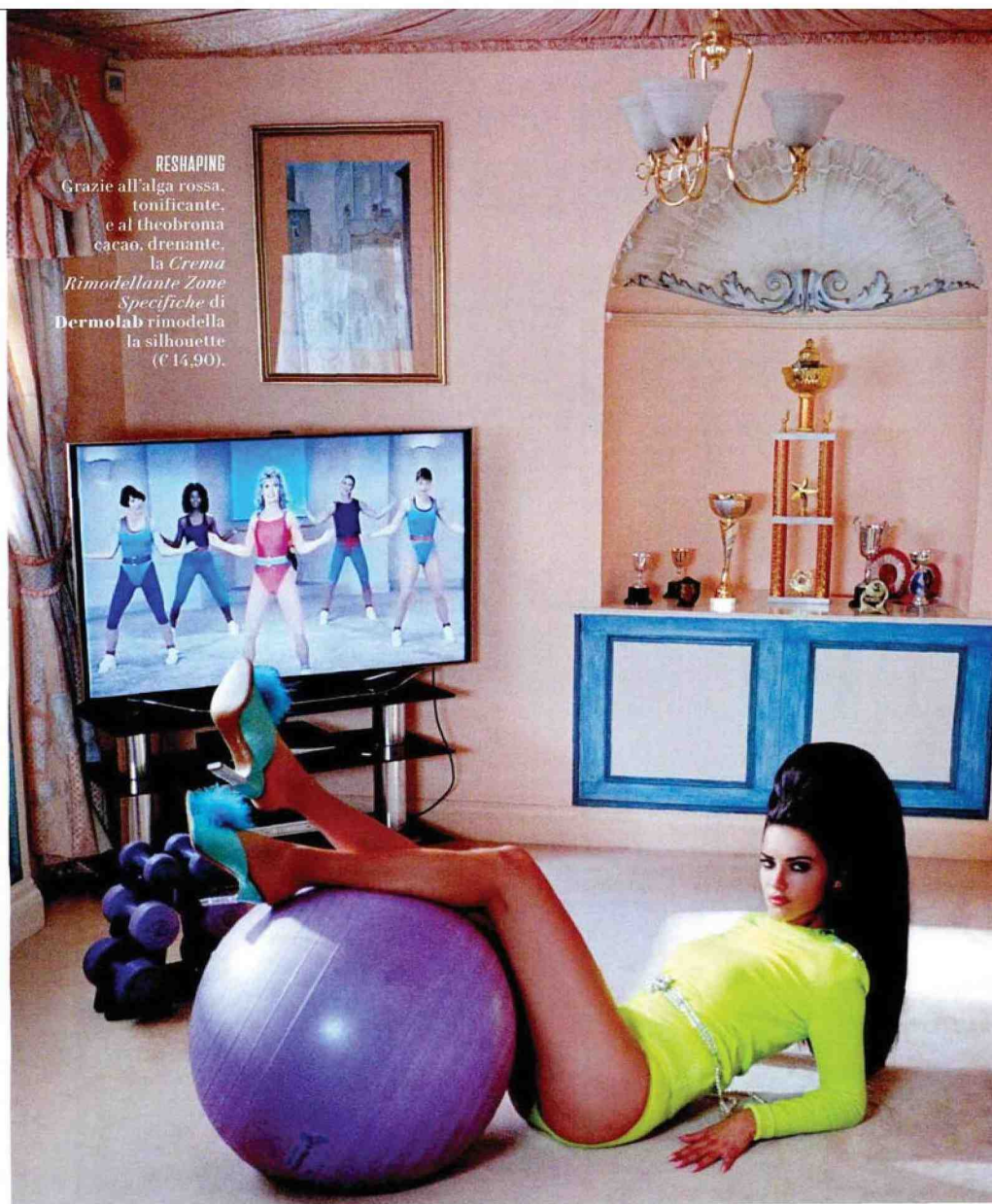
L'alternativa soft alla liposuzione è la criolipolisi: «Grazie a temperature bassissime, anche fino a -7°, elimina le cellule adipose in modo efficace e non invasivo. Viene eseguita con un'apparecchiatura chiamata Cool Sculpting, della Zeltiq, che "necrotizza" il grasso congelandolo. Si passa sulla zona da trattare una speciale coppetta che, oltre ad aspirare una plica di pelle, la raffredda. Il tutto sotto controllo medico. Le cellule adipose inerti vengono poi eliminate naturalmente attraverso il sistema linfatico, come un qualsiasi elemento di scarto del corpo», spiega Giulia Beltrami, medico estetico di Image Regenerative Clinic di Milano (istitutoimage.it e coolsculpting.com).

Allenamento mirato e massaggi high-tech

Anche in palestra, l'adagio si ripete: «Il canone brasiliano del *big booty* è entrato come obiettivo anche nella scheda di allenamento», spiega Doina Gorun, personal trainer dalla muscolatura cesellata dal body building, fitness coach e atleta professionista IFBB (Federazione internazionale di Body Building & Fitness). «Per modellare glutei e gambe occorre lavorare con il cervello. Bisogna, infatti, isolare gluteo e muscolo femorale durante l'esercizio. Perfetti squat, slanci e stacchi con manubri, evitando però di coinvolgere il quadricipite perché nelle donne si ingrossa velocemente a discapito dell'armonia della gamba. Meglio un allenamento con poche ripetizioni, ma con un alto carico», dice Gorun.

Il massaggio resta una *good practice*. Oltre a quello manuale, si stanno facendo strada protocolli avveniristici che combinano più tecnologie, come spiega Rosa Parrella, beauty consultant di Novaestetyc, azienda di biotecnologia nel campo dell'estetica professionale: «Mentre esegue un massaggio classico, la terapeuta indossa dei ditali speciali collegati al macchinario Ego™. In base all'obiettivo e al programma di trattamento, insieme con il movimento meccanico delle mani si alternano fotobiostimolazione, ovvero luci Led fredde per riattivare i processi metabolici delle cellule, elettrobiostimolazione, per favorire la rigenerazione dei tessuti e l'eliminazione delle tossine, ed elettromiostimolazione, per promuovere la contrazione muscolare». Massaggi, ritocchi soft e allenamenti: la cura di gambe e lato B è un investimento a lungo termine di un certo impegno. Ha fatto bene Jennifer Lopez, quando anni fa lo assicurò per svariati milioni di dollari. ■

► 14 novembre 2018



RESHAPING
 Grazie all'alga rossa,
 tonificante,
 e al theobromina
 cacao, drenante,
 la *Crema*
Rimodellante Zone
Specifiche di
Dermolab rimodella
 la silhouette
 (€ 14,90).

Come si cambia

Ho provato il programma Lpg Endermologie: il piano d'attacco è rivolto a gambe e glutei, ma ci sono alternative personalizzabili per braccia, pancia e fianchi. Prima di stendermi, per ognuna delle 6 sedute ho indossato una tutina bianca in cotone: una sicurezza in più per evitare edemi dopo il massaggio meccanico con il nuovo manipolo. Oltre a rullo, aletta motorizzata e aspirazione, il nuovo Lpg ha un sensore per adattare l'intensità al grado di tonicità. Il massaggio, oltre ai fibroblasti, rafforza persino la percezione di avere un corpo. A casa si sentono i muscoli più tonici e, giorno dopo giorno, la morfologia si modifica. Prima in peggio, perché libera quei tessuti che formano la cellulite, e poi in meglio, riattivando la produzione di collagene e il naturale smaltimento del grasso. Da provare al Mandarin Oriental di Milano (endermologie.com). V.D.