

COSMOPOLITAN

OTTOBRE 2013 • € 2,20

Scoop!

BACIO HOT

UN DECODER PERFETTO

**Lavoro 5 storie
di standby e
ritorno (felice)**

Diventa SEXY Subito

**Lato B scolpito, punto vita da star, gambe top
E senza neanche metterti a dieta...**

Respira!
LA PLAYLIST DELLA
LEGGEREZZA

165
ACCESSORI
che fanno svoltare.
E ti trainano
il look

Olivia Wilde

*La ragazza che
conquista tutto*

BEAUTY DRITTE
*Trend capelli
dalle città + cool
Sono pronta
puoi taggarmi*

TEST

**Di che fashion
tribù sei?**

10

domande
che non
devi MAI
fare a un
uomo



MENSILE - POSTE ITALIANE SPA - SPED. IN A.P. - DL 359/2003 (CONV. IN L. 27/02/2004 N. 46) ART. 1, COMMA 1, N. 101, IT. € 2,20 - AUT. € 3,95 - BE. € 3,50 - CANADA CAD 12,00 - F. € 4,00 - G. € 5,50 - LUX € 3,50 - PRC CHF € 3,50 - U.K. € 3,50 - E. € 3,50 - USA \$12,95 - CH. CHF 5,00 - CH. CHF 4,80

Effetti speciali

Medicina e chirurgia estetica a rischio zero? Si può! Senza soffrire, senza spendere patrimoni, senza doversi nascondere per giorni prima di godere del pieno risultato. Dal naso alla pancia, al punto G, ecco tutto quello che puoi fare con il minimo impatto e il massimo risultato.

Labia rimodellate

Tempo di ripresa: 3 GIORNI

Per dire addio alle culotte de cheval c'è Soft- lipomodel, versione mini della liposuzione. Agisce senza ledere i vasi sanguigni e senza provocare traumi nei tessuti. «Usando una speciale apparecchiatura si inietta una soluzione anestetica e si crea un campo elettrico bipolare ad alta frequenza che rompe le membrane delle cellule adipose. Il grasso liquefatto viene aspirato con una microcannula», spiega Pierluigi Capitanio, odontoiatra e medico estetico a Milano. La medicazione si rimuove dopo 5-6 giorni e bisogna portare una guaina compressiva (o un collant elastico) per un mese. Consigliati anche massaggi liniodrenanti per velocizzare la ripresa. Costo: € 6.000 compresi i massaggi. Info: www.texete.polisacaria.it

Vantaggi... La delicatezza dell'intervento riduce lividi e gonfiori; grazie all'impiego della radiofrequenza si ottiene una tonificazione dell'area.

...e limiti. Se hai parecchi chili da perdere non è il metodo giusto.

Pancia via con il freddo

Tempo di ripresa: 1 GIORNO

Hai presente quel rotolo in zona ombelico? Con la «criolipolisi (Zeltiq) viene "pinzato" in un manipolo che lo porta a temperature molto basse. È dato che il grasso è molto più sensibile

al freddo della cute e dei muscoli, le cellule adipose cristallizzano e muoiono. «Le cellule ormai inerti vengono smaltite attraverso il sistema linfatico nei 2/3 mesi successivi», interviene Eugenio Gandolfi, chirurgo plastico e consigliere nazionale Siepre (Società italiana di chirurgia plastica ricostruttiva ed estetica, www.texete.siepre.org). I risultati cominciano a vedersi dopo 2-3 settimane dal trattamento. Costo: da € 700. Info: www.texete.sgmedicina.com

Vantaggi... Nessuna anestesia ed eliminazione del 25% del grasso in una sola seduta. Un secondo trattamento può essere effettuato dopo 2-4 mesi e ridurre ulteriormente gli accumuli fino al 40%.

...e limiti. Per molti il post trattamento non è una passeggiata: il freddo non taglia come un bisturi, ma può capitare che ci sia una ripresa più lenta del previsto.

Vita sottile con un'iniezione

Tempo di ripresa: 1 GIORNO

Puoi snellire i fianchi con le iniezioni di Aqualyx, un cocktail di farmaci lipolitici. «L'effetto rimodellante si ottiene abbinando l'intralipoterapia con la nuova radiofrequenza monopolare a dolore zero», dice Luca Fioravanti, docente al Master in Medicina estetica dell'Università degli Studi di Pavia. In pratica, si alternano per 4 volte una seduta di intralipoterapia a una di Exilis, apparecchiatura che unisce radiofrequenza monopolare con ultrasuoni ad alta frequenza. Si ottiene così una riduzione di grasso e di cellulite e un rassodamento della cute. Costo: € 200/250 a seduta per l'intralipoterapia; Aqualyx: da € 200. Info: www.texete.intralipoterapia.it

Vantaggi... Questa sinergia tra chimica e tecnologia è l'ultima frontiera della medicina estetica e consente di ottimizzare i risultati abbattendo gli effetti collaterali, il dolore, i costi, i rischi.

...e limiti. Dopo l'iniezione di Aqualyx la zona si gonfia per qualche giorno. Lascia perdere il tubino!

Seno push up superveloce

Tempo di ripresa: 1 GIORNO

La tecnica meno dolorosa è quella che prevede l'inserimento delle protesi in una tasca sottoghiandolare, cioè sopra il muscolo grande pettorale. «Il problema è che poi ecografia e mammografia potranno essere meno precise, rendendo meno chiare le operazioni di screening precoce dei tumori», sottolinea Pietro Lorenzetti, chirurgo plastico a Roma, Catania e Milano. Con le nuove metodiche però anche l'inserimento sottomuscolare diventa più soft e rapido: puoi tornare a casa già in giornata, guidare l'auto dopo 48 ore e riprendere il lavoro in 3/4 giorni. Costo: da € 6.000. Info: www.texete.pietrolorenzetti.it

Vantaggi... Le protesi sottoghiandolari nei primi giorni danno meno fastidi, quelle sottomuscolari richiedono qualche giorno di dolore in più ma poi non si sentono al tatto e quindi danno un risultato più naturale.

...e limiti. Un'operazione chirurgica, per quanto delicata e ben eseguita, comporta sempre dei rischi: non prenderla sotto gamba! Sconsigliate intervenire chirurgicamente se non hai ancora compiute 21 anni (prima dei 18 la mastoplastica oggi è vietata dalla legge).

Viso & Co. effetto lifting

Tempo di ripresa: 1 GIORNO

Il contorno del viso comincia a cedere? L'interno cosce lo vuoi più tonico? La soluzione sono i fili Silhouette Soft, realizzati in acido polilattico totalmente riassorbibile. «Hanno punte di ancoraggio a forma di minuscoli coni bidirezionali che consentono di "agganciarli" ai tessuti per poi tirare fino a ottenere l'effetto liftante desiderato», spiega Anna Maria Veronesi, medico estetico e insegnante al Corso teorico-pratico fili riassorbibili Silhouette Soft. «Provocano inoltre una reazione fibrosa del collagene che dà un ulteriore effetto ricompattante».

Esistono in due versioni: fili più sottili per il viso e più grossi (novità assoluta in Italia) adatti a lifare interno cosce, interno braccia, zona attorno all'ombelico.

Costo: da € 490 a coppia di fili.
Info: <http://www.thermalift.it/it/silhouettesoft/>

Vantaggi... I fili sono inseriti con un ago dopo un'anestesia light. Si può tornare subito alle normali attività.

...e limiti Non gonfiano ma lasciano dei buchini/avvallamenti dove viene inserito l'ago che rimangono visibili per 2-7 giorni. Il risultato dura 2 anni.



Borse addio con il laser

Tempo di ripresa: 1 GIORNO

Stufa dei cerchi neri e dei gonfiore sotto gli occhi? C'è un tipo di laser, che si chiama frazionato non ablativo, che li elimina per sempre. «La differenza rispetto ai laser classici è che il trattamento è meno invasivo: provoca solo arrossamento e gonfiore che durano al massimo 24 ore. Ci vogliono però 3-5 sedute contro le 1-2 del laser "normale"», interviene **Anna Maria Veronesi**. «La luce agisce sotto la superficie dell'epidermide scatenando nell'organismo una serie di processi di sostituzione e riparazione dei tessuti. Permette così di eliminare le vecchie cellule pigmentate (cerchi scuri sotto gli occhi) tonificando allo stesso tempo la pelle». Costo: € 200 a seduta (contro le 500 del laser ablativo). Info: www.ringiovanimentoglobale.it

Vantaggi... Nei 6 mesi successivi la pelle reagisce producendo nuovo collagene che rassoda e rende più elastica la cute del contorno occhi. Inoltre il laser rispetto alla chirurgia tradizionale è molto più preciso e non provoca sanguinamento.

...e limiti Se hai borse molto pronunciate il laser non ti può aiutare: dovrai ricorrere all'intervento di blefaroplastica.

Naso dritto senza bisturi

Tempo di ripresa: 1 GIORNO

Se quello che non ti piace del tuo naso è la classica gobbetta, un'asimmetria o la punta che va in giù, puoi rimodulare senza bisturi con la tecnica del rinofiller. «Si iniettano miniquantità di acido ialuronico o idrossiapatite di calcio in punti strategici come l'attaccatura o la base del naso. Per sollevare la punta si può anche iniettare qualche goccia di tossina botulinica nel muscolo che ne causa la discesa», spiega **Coravanti**.

«Il risultato finale è un naso più regolare e simmetrico a costi accessibili. Inoltre, se vuoi hai la possibilità di vedere come procede la correzione minuto per minuto e con uno specchio in mano». Costo: da € 400. Info: Fime (Federazione italiana medici estetici), www.federazionemediciestetici.it

Vantaggi... Minimizzando le asimmetrie si riesce a far apparire il naso più piccolo e più armonico rispetto al resto del viso.

...e limiti I risultati non sono definitivi e, dopo un paio d'anni, bisogna fare un nuovo ritocco.

Punto G più "vitale"

Tempo di ripresa: 1 GIORNO

Con il laser si possono eliminare anche le asimmetrie delle piccole labbra, o rimpicciolirle quando sono troppo grandi. «L'intervento avviene in anestesia locale e si conclude saturando con piccoli punti che non sarà necessario rimuovere», spiega **Gianfranco Zandomini**, specialista in Ginecologia e ostetricia a Milano. Per riprendere le normali attività ci vogliono 2-3 giorni, per i rapporti sessuali bisogna aspettare una settimana. Costo: € 3.000-4.000. Se invece vuoi "rivitalizzarti" nell'intimità ci sono le microiniezioni di acido ialuronico. «La vagina è irrorata da vasi sanguigni, perciò "biorevitalizzando" la zona del punto G puoi avere in alcuni casi orgasmi più intensi. Costo: da € 400. Info: www.polizucerta.it

Vantaggi... Il rimpicciolimento delle piccole labbra elimina il fastidio causato dagli indumenti stretti.

...e limiti Non pensare che con una puntatina avrai l'orgasmo vaginale garantito.

Un aiuto per un rientro ancora più rapido!

I cosmetici che ti danno una mano a "guarire" più in fretta, grazie a formule speciali e superattivi specifici



1. Neocica Soins Réparateur, Filorga (€ 37). 2. Re-Plasty Age Recovery, Helena Rubinstein (€ 299). 3. Cicalfate Emulsion Réparatrice, Avène (€ 9).