

Il mare a casa tua

L'aria salmastra e i bagni nell'acqua salata ti hanno rimessa in forma? Per continuare a godere dei loro benefici anche d'inverno, prova i trattamenti che contengono le alghe

di Eleonora Folcioni - still life Spirit

«È alle alghe marine? Allora sarà efficace...» Alzi la mano chi, tra noi, non si è convinta a comperare una crema anticellulite, piuttosto che un'altra, solo perché ha trovato quella scritta sull'astuccio. E ha fatto bene? «Certo», conferma il dottor Angelo Bianco, medico termalista, che si occupa di rimedi naturali, «perché le alghe hanno tantissime qualità, prima tra tutte quella di assorbire grandi quantità di iodio dall'acqua marina. Per questo sono in grado di accelerare il ricambio metabolico. Ovvero: asciugano». Certo, l'ideale sarebbe fare la talassoterapia, ovvero il sistema di cura che usa gli effetti benefici del clima marino e dei bagni in acqua di mare, negli stabilimenti termali, ma non sempre si ha il tempo o il denaro per farlo. Per fortuna, però, la cosmetica offre mille opportunità che assicurano comunque ottimi risultati. Insomma, se, quando sei rientrata dalle vacanze al mare, ti sei accorta che la cellulite è diminuita, vai avanti senza fermarti con i trattamenti che contengono alghe e minerali marini, sfruttando le loro proprietà anche d'inverno.



Freundin/Olycom

bagno : **Doccia schiuma rassodante** (Dove, 2,99 euro), con ceramidi ed estratti di alghe.
 : **Bagnodoccia alle alghe** (Bottega Verde, 6,99 euro), con Quercia marina, aiuta a mantenere la linea.
 : **Bagno salino anticellulite** (Collistar, 29 euro), sali marini, con acqua termale e di mare, per accelerare l'eliminazione dei liquidi.



corpo : **Azione 24ore** (Bioetyc, 19 euro), anticellulite, con estratto di alghe.
 : **Elax** (Clinians, 18,67 euro), crema corpo rassodante, con collagene marino.
 : **Crema corpo snellente** (Segreti Mediterranei, 24,50 euro J&J Atkinsons), con alghe marine.
 : **Crema di mare ristrutturante Thalmer** (GTS, 36,90 euro, in istituto), con Fucus vesiculosus.

