

53%

se considera
acima do
peso ideal"

BARRIGA CHAPADA *para sempre!*

Claro que uma dieta balanceada e atividades físicas são essenciais, mas plástica e tratamentos estéticos podem se tornar ótimos aliados na conquista de uma barriguinha sequinha

plástica

LIPOABDOMINOPLASTIA

para chapar o abdômen

■ **Como é:** indicado para quem tem flacidez abdominal e gordura localizada, a cirurgia pode ser realizada sob anestesia geral, bloqueio peridural ou raquidiano. Inicia-se a remoção de todos os excessos de gordura abdominal, através de lipoescultura que consiste na aspiração refinada do tecido adiposo com possibilidade de redistribuição, ou seja, preenchimento de depressões e zonas com volume deficiente." Em seguida solta a pele abdominal para que possa ser tracionada de forma eficaz, depois faz-se a plicatura dos músculos abdominais, tração dos retalhos de pele e remoção dos excedentes e, por fim, faz-se o fechamento e a confecção do novo umbigo", explica o cirurgião plástico Helio Caprio (RJ).

■ **Pós-operatório:** repouso por 5 a 10 dias, uso de cinta modeladora por cerca de 30 a 60 dias, alimentação saudável para recuperação eficiente e rápida. Normalmente, retorna-se as atividades físicas após 60 dias feita a cirurgia.

■ **Resultado:** em torno de 30 a 60 dias já é possível notar o abdômen bem modelado, escavado, mimetizando tipo tanquinho, mas o resultado final aparece após 90 dias.

Queimadores de gordura!

Cosméticos lipolíticos são uma ótima opção derreter os pneuzinhos



SculptLiss,
Veer
Cosméticos,
R\$ 81



Reduxcel
Plus SML,
Adcos,
R\$ 117



Amincivite,
Oligoflora,
R\$ 45.



Lipo
Tract Gel,
Natupele,
R\$ 79



Gel Lipolítico
com Cafeína,
Peel Line,
R\$ 33

tratamento estético

MASSAGEM MODELADORA ALEMÃ

■ **Como é:** técnica que promete diminuir abdômen, eliminar pneuzinhos, celulite e tratar a flacidez. Vinda da Alemanha, ela modela todo o corpo, preenche espaços, elimina pneus que estão em lugares indesejados, elimina celulite, e ainda ajuda na flacidez de pele. "As manobras provocam a quebra da gordura, facilitando assim a eliminação das células através da urina", explica a fisioterapeuta dermatofuncional Andreia Leitao, da Multi Clinic (SP).

■ **Sessões:** são indicadas, no mínimo, cerca de dez sessões de 40 minutos, podendo ser realizadas duas por semana.

■ **Resultado:** cada organismo reage de uma maneira, mas geralmente a partir da segunda sessão já se nota uma redução de medidas.

■ **Preço:** R\$ 98, em média, cada sessão.

PHYSIOTONUS SLIM

■ **Como é:** equipamento que possui a função da eletrolipólise. "As agulhas são introduzidas paralelas ao tecido adiposo, onde passará a corrente, sendo aumentada de acordo com a sensibilidade de cada cliente", explica a fisioterapeuta dermatofuncional Flávia Maria Pirola, da Bioset Indústria de Tecnologia Eletrônica (SP). A sessão tem a duração de 50 a 60 minutos e a redução de medidas se dá pelo aumento da circulação local e pelo estímulo da corrente elétrica nas terminações nervosas, acarretando a liberação de enzimas que potencializam a 'quebra' de gordura e estimulam a queima de caloria local. "O combate da celulite é alcançado devido ativação circulatória no local da aplicação proporcionando uma vasodilatação com consequente melhora do aspecto da pele", complementa a fisioterapeuta dermato funcional Carolina Magon, da Bioset Indústria de Tecnologia Eletrônica.

■ **Sessões:** seis, no mínimo, que devem ser realizadas pelo menos duas vezes por semana.

■ **Resultado:** a partir da terceira sessão percebe-se uma melhora no aspecto da pele, da celulite e redução de medidas. Deve-se realizar uma dieta hipocalórica e atividade física em complemento ao tratamento.

■ **Preço:** a partir de R\$ 60, a sessão.



Com o Physiotonus é possível reduzir medidas de forma eficaz