

# Salute e Beauty

TONICA  
E IN FORMA CON  
**MEDIALINE**  
BELLEZZA & SALUTE

Salute e beauty  
*più*  
**ASTRELLA**  
*solo* € 2,90

ISSN 1129-1222 40034  
9 771129 122102

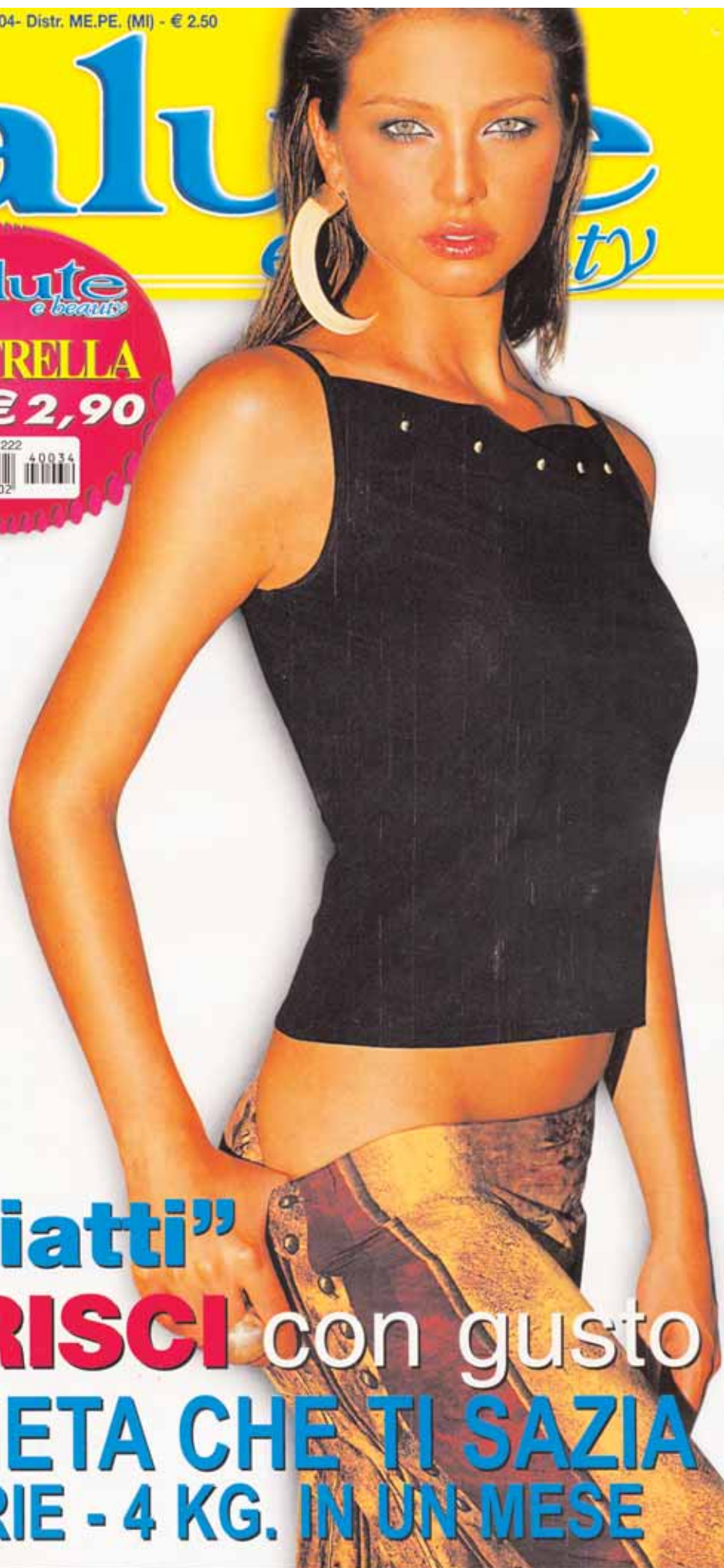
**CONCORSO  
GIOCA e VINCI!**  
Ritrova la tua forma  
nella Beauty Farm  
di **MESSÈGUÈ**  
**7 GIORNI**



**speciale  
FITNESS**  
torno in forma  
con i balli  
caraibici

**SMAGLIATURE**  
il metodo **TRILIX**  
per cancellarle  
definitivamente

**“primi piatti”**  
**DIMAGRISCI** con gusto  
**CON LA DIETA CHE TI SAZIA**  
**1200 CALORIE - 4 KG. IN UN MESE**



Bellezza e  
relax

# Coccole e benessere

## Le ultime dal mondo del wellness presentate al Salone "Les Spa"

Prodotti di bellezza, macchinari all'avanguardia, nuove strutture per centri estetici e spa, e soprattutto tanti massaggi dai cinque continenti. Tutto questo è il Salone "Les Spa", la prima manifestazione dedicata interamente agli operatori del benessere, svoltasi con successo alla fiera di Roma. Noi abbiamo voluto sbirciare tra le novità più curiose per riproporvele in queste pagine...

di Paola Dastoli

**I**l settore dell'estetica e del benessere, ormai legati indissolubilmente, è in continuo fermento, mosso da un giro d'affari che si aggira attorno ai 19 miliardi di Euro all'anno, per un totale di 30 milioni di clienti. Cifre che richiedono e al tempo stesso stimolano

un continuo impegno per migliorare l'offerta e proporre sul mercato soluzioni innovative rivolte ad un pubblico sempre più esigente.

Il Salone "Les Spa", che si è svolto a Roma il mese scorso, è stato creato proprio per rispondere a questa esigenza di rinnovamento e aggiornamento. Destinato principalmente agli operatori del settore, ha visto la partecipazione delle principali aziende italiane e di alcune straniere che operano anche nel nostro Paese; oltre ad alcuni professionisti del massaggio che hanno illustrato le loro tecniche terapeutiche nel corso di conferenze e workshop.

Proprio dai massaggi cominciamo il nostro percorso alla scoperta delle novità più allettanti e, in alcuni casi, golose...



# Massaggi

## *Chocolat massage: il massaggio che coccola*

E' senz'altro una delle idee più originali presentate a "Les Spa"; irresistibile per chi ama il cioccolato in tutte le sue forme, e magari non può permettersi il lusso di mangiarne in quantità. L'unico modo per non attentare alla propria linea, infatti, è quello di farselo spalmare sul corpo. Non sarà appagante quanto gustarne il sapore, ma chi ha provato questa "full immersion polissensoriale" assicura che percepirne l'odore e l'avvolgente morbidezza sull'epidermide è un'emozione unica da provare. Il massaggio in sé non ha funzioni terapeutiche particolari, se non quella di restituire il buonumore e un senso di piacevole benessere sia fisico che mentale. Il cacao, infatti, contiene la teobromina, un alcaloide che induce la produzione di endorfine, sostanze naturali "della felicità" che, a loro volta, incrementano l'attività della serotonina, il neurotrasmettitore che favorisce il buonumore. Non solo. Il cacao contiene altri antiossidanti naturali, come i polifenoli e il tannino, che esercitano effetti benefici anche a livello circolato-



rio, con un'azione vasodilatatrice. Il prodotto utilizzato per il corpo è burro di cacao fuso, abbinato ad un filo d'olio di mandorle dolci. Insieme, i due elementi svolgono un'azione emolliente, nutriente, idratante, protettiva e antiage. Il trattamento consiste in una colata tiepida di cioccolato sul corpo

del cliente, partendo dalla schiena e proseguendo su gambe e braccia. Dopodiché si utilizza un po' d'olio alle mandorle e si eseguono delle manovre ayurvediche rilassanti. Per informazioni: Gerard's, Provaglio d'Iseo (BS) - numero verde 800 278911 - [www.gerards.it](http://www.gerards.it)

## **HOT STONE**

Questo massaggio non è proprio una novità, ma è comunque da poco tempo che comincia ad essere praticato in molti centri benessere. La tecnica, ideata dagli indiani d'America, si basa sull'utilizzo di pietre basaltiche d'origine vulcanica, che vengono scaldate ad una temperatura fra i 49° e i 54° centigradi, per poi essere applicate su alcune parti del corpo corrispondenti ai punti energetici, opportunamente stimolati. La composizione naturale delle pietre, contenenti quarzo, calcio, carbone, oro, magnesio e ferro, le rendono in grado di trattenere il calore e di rilasciarlo gradualmente durante il massaggio, eseguito con oli caldi e profumati.



Ne derivano un aumento della vasodilatazione e della circolazione, tessuti drenati, tonici e levigati e una riduzione delle tossine e degli stati d'ansia. Alla fine, ci si sente fisicamente e mentalmente liberi da ogni stress, immersi in una straordinaria sensazione di calma e benessere.

## *L'antistress che cura anche il massaggiatore*

Un massaggio efficace non solo per chi lo riceve ma anche per chi lo pratica. L'idea è del dott. Giovanni Leanti La Rosa, specialista in medicina termale, alimentazione e massaggi; disciplina, questa, di cui si occupa da oltre vent'anni. Da quando, nella veste di paziente sofferente di disturbi legati allo stress, studiò vari tipi di massaggio - dal micromassaggio cinese a rolfing, shiatsu, riflessogeno del piede, bioenergetico, californiano, connettivale ed altri - prima di arrivare a crearne una sintesi originale quanto efficace, finalizzata a combattere lo stress e persino la depressione, con cicli terapeutici più lunghi. Le particolari manipolazioni di questo massaggio a base di olio di iperico, antidepressivo naturale, tendono a risvegliare le capacità autocurative latenti in ognuno di noi, rivitalizzando cellule, tessuti ed organi, riattivando la circolazione venosa e linfatica, rilassando le tensioni muscolari e il

## Bellezza e relax

sistema nervoso. Il tutto coadiuvato da un'alimentazione sana ed equilibrata e senza nessun tipo di farmaco da assumere. Leanti La Rosa ha studiato diverse versioni di questo massaggio, tra cui l'antistress da ufficio, praticato su una particolare "sedia americana" per il relax, e l'antistress in acqua termale, indicato soprattutto per stress di tipo fisico, accompagnato da dolori.

L'acqua, infatti, ne attutisce la percezione durante la terapia, che si svolge con il paziente abbandonato fra le braccia del massaggiatore. Ma la particolarità di questo antistress, come si è detto, è la capacità di procurare effetti benefici anche a chi pratica il massaggio che, assumendo determinate posizioni, favorisce il proprio tono muscolare e la circolazione, generando un effetto rilassante globale che infonde tranquillità e ottimismo. *Per informazioni:*

**Dott. Giovanni Leanti La Rosa.**

Milano - tel. 02 711379 (dalle 18 alle 21)

[www.scuolamassaggio.it](http://www.scuolamassaggio.it)

## HERBAL WELLNESS

Un bouquet di erbe benefiche, avvolte in un tessuto di lino, scivola sulla pelle con piacevoli movimenti circolari per infondere all'organismo rilassamento riequilibrante nei punti energetici spesso bloccati. E' questo l'Herbal Wellness, una tecnica in grado di favorire e stimolare le funzioni del metabolismo e l'irrorazione sanguigna, grazie al calore e alle proprietà delle erbe. I sacchetti di lino, strofinati sulla pelle, rilasciano uno strato sottilissimo di olio di sesamo; contemporaneamente, il calore prodotto dalle leggere pressioni aiuta le erbe a sprigionare il loro intenso profumo e come per magia, le tensioni svaniscono e si perdono le dimensioni del tempo e dello spazio che spesso ci opprimono. Al risveglio, ci si sente pervasi da una indescrivibile sensazione di appagante relax.

Per informazioni: Klapp Cosmetics, Hessisch Lichtenau (Germania) - [www.klapp-cosmetics.com](http://www.klapp-cosmetics.com)

