

a revista completa de beleza

WWW.CORPOACORPO.COM.BR

CORPO A

dieta

hot, hot, hot!

Alimentos queimadores de gordura aceleram o metabolismo e ajudam a emagrecer

5 kg em 30 dias

+ dicas infalíveis para não engordar no inverno

core power, o novo treino que turбина os músculos, define a silhueta e seca até 700 calorias em uma hora

perca 8 cm este mês!

Tratamentos de última geração remodelam cintura, barriga, pernas, braços, bumbum...

Confira agora os makes e penteados que vão bombar no verão

cabelo à prova de tempo ruim

Acabe de vez com frizz, pontas duplas, caspa e outros problemas que aparecem nos dias frios

Giovanna Ewbank

Corrida, natação e alimentação equilibrada são a receita para manter este corpo impecável

esmalte mania

- Os clássicos imbatíveis
- O que é sexy e moderno hoje
- O que você deve eliminar do seu nécessaire



NÚMERO 259 - PREÇO R\$ 7,90
ISSN 0104-7612 0 0 2 5 9
9 47701 041761 008

sem riscos de manchas

Agora as mulheres morenas e negras também podem abandonar as ceras e lâminas. Com os aparelhos modernos de depilação definitiva já é possível recorrer aos tratamentos a laser, sem ficar com a pele manchada — um risco comum até há pouco tempo. Por que havia esse perigo? O laser, em forma de luz, é atraído e captado pela melanina, o pigmento presente na haste do fio e responsável pela sua coloração. Nesse processo, a energia térmica gerada destrói ou retarda a capacidade de o folículo produzir um novo fio. “Mas quando o contraste entre a cor da pele e do pelo é muito discreto, a energia não se concentra apenas no alvo, a raiz, mas se distribui na superfície da derme, causando as manchas”, explica a dermatologista Ligia Kogos (SP). A novidade é que os aparelhos modernos têm recursos capazes de driblar esse problema e destruir o folículo piloso, sem riscos, seja qual for o seu tipo de pele. O laser de diodo Light Sheer Duet chegou ao Brasil no início do ano e já é considerado um dos queridinhos dos dermatologistas. “O aparelho oferece diversas opções de regulagem. Assim, podemos aplicar energias menores com duração de pulso maiores e evitamos o aparecimento das manchas”, explica Carla Albuquerque. Isso significa maior número de sessões para alcançar o resultado desejado, porém sem risco de aborrecimentos. “Na pele negra, são necessárias, em média, de 8 a 10 sessões para obtermos o efeito semelhante aos que obtemos com 5 sessões na pele branca”, salienta a dermatologista. Outra novidade que acaba de chegar ao País

é o laser de diodo Soprano Next Generation. “O equipamento tem a programação SHR (Skin Hair Removal) que aplica o laser em movimento e com baixa intensidade. Esse método evita o aparecimento de manchas na pele escura, rica em melanina”, explica a dermatologista Daniela Nunes, da Slim Clinique (RJ). A médica acaba de concluir a maior pesquisa científica sobre a reação da depilação a laser na pele brasileira — mais bronzeada que a europeia e a americana. O estudo, publicado na revista norte-americana *Laser in Surgery*, foi feito justamente com a nova tecnologia do Soprano. “Durante três anos analisamos a reação do tratamento em 2.448 mulheres e não houve nenhuma complicação”, conta Daniela.

alergia zero!

Você sofre com as bolinhas vermelhas, irritações e pelos encravados que surgem após a depilação, seja ela feita com cera quente, fria ou lâmina? O laser de diodo Soprano Next Generation pode salvar a sua pele e eliminar, de vez, os pelos indesejáveis. “As técnicas de depilação com o laser promovem o aquecimento do folículo piloso, concentrando a energia em um único lugar, em disparos pontuais — como em um tiro de revólver. Como no sistema SHR o disparo é feito com a ponteira em movimento — *in-motion* — a energia é distribuída sobre a pele, impedindo que ela sofra qualquer tipo de agressão. Além disso, o aparelho pode ser programado para efetuar disparos com baixa energia e alta velocidade, o que protege ainda mais a derme sensível e delicada”, explica a dermatologista Kátia Volpe, de São Paulo.

elas usaram e aprovaram!



“Minha pele é clarinha, sensível. Após a sessão de depilação com cera quente, os pelos encravavam e eu ficava cheia de bolinhas. Para piorar, sofria muito com o método. Por isso resolvi fazer a depilação definitiva com o Gentlease, o laser de Alexandrite. Adorei o resultado! Senti pouquíssima dor durante o tratamento. Em dez sessões, com intervalos de 30 dias, me livre dos pelos e das reações desagradáveis. Hoje tenho as pernas lisinhas, 365 dias por ano.”

Kika Giansi, 34 anos, diretora de arte



“Durante anos sofri com a depilação. Minha pele sensível ficava cheia de bolinhas, que acabavam deixando manchas e cicatrizes. Tentei cera quente, cera fria, lâmina, mas a reação era sempre a mesma. Tinha marcas de foliculite até mesmo na virilha e nas axilas. Pensei muito antes de fazer a depilação definitiva com o Light Sheer Duet, pois tinha medo de manchar ainda mais minha pele. Mas o resultado foi ótimo: a pele ficou lisinha e com a cor uniforme.”

Walkyria de Souza, 29 anos, secretária

vapl vapl!

Para quem quer rapidez, o Light Sheer Duet tem ótimos resultados. O segredo está na ponteira, que cresceu de 9 x 9 milímetros para 22 x 35. “Essa inovação resulta em maior versatilidade e agilidade no tratamento, porque diminui em 75% o tempo necessário para tratar áreas grandes, como pernas e dorso”, explica a dermatologista Carla Albuquerque. Para se ter uma ideia, em apenas 15 a 30 minutos é possível tratar pernas inteiras. Já com o uso do Light Sheer convencional — modelo que precedeu o Light Sheer Duet — seriam gastas, em média, duas horas para realizar o mesmo procedimento.