

IN ISTITUTO

**PROVATO
PER VOI**

Il massaggio plastico utilizza pressioni e pizzicottamenti per riattivare la circolazione e disgregare i cuscinetti adiposi

scacco matto alla cellulite

Non lo posso annoverare tra i buoni propositi per il 2019. Piuttosto, è un obiettivo evergreen che mi ripropongo in diversi periodi dell'anno: **fare piazza pulita di rotolini e pelle a buccia d'arancia**. Se poi il metodo è anche piacevole e mi permette di ritagliarmi un momento tutto per me, tanto meglio. Per questo decido di provare il massaggio plastico di Jacquet, un trattamento che agisce direttamente sulla microcircolazione. E che si presenta come un soin a cinque stelle.

rilassare e scaricare

Nel centro Bellessere Vraie Femme diretto da Francesca Teresa di Terlizzi a Brescia il trattamento viene proposto con una fase preparatoria molto rilassante che ne aumenta l'efficacia. Dopo essermi stesa a pancia in su sul lettino, i miei piedi vengono avvolti in una salvietta riscaldata. Con una dolce musica in sottofondo, l'estetista comincia ad applicarmi un cocktail di olio di avocado, olio di arancio amaro, essenza di mandarino, melissa, valeriana e calendula dal plesso solare alla base del collo. Continua poi

su spalle e schiena, sempre contratte a causa del lavoro al PC. In seguito, con un mix di fito-estratti drenanti (olio di avocado, maggiorana, lavanda, geranio, ylang ylang, finocchio e ginepro), mi **pratica dei pompaggi per aprire gli scarichi linfatici e rilanciare il flusso sanguigno** a livello di ascelle, inguine, cavo popliteo e caviglie. Grazie a questa preparazione, le manovre della tecnica di Jacquet saranno ancora più performanti.

via il superfluo

Ed eccomi nel cuore pulsante della seduta, **il massaggio plastico di Jacquet, che deve essere eseguito a secco, senza oli o creme**, perché l'operatore deve potere percepire al tatto il tessuto cutaneo, per riuscire a sciogliere gli accumuli adiposi. La mia cellulite grida vendetta soprattutto sulle cosce, per questo Di Terlizzi inizia manipolando due punti strategici, per smaltire i ristagni di liquidi in eccesso, che corrispondono ai meridiani della vescica biliare (sulla zona antero-laterale della coscia) e della vescica urinaria (sulla parte posteriore della coscia). È una fase intesa e vigorosa della durata di 30 minuti.