



ASSINE 0800 703 3000

BATE-PAPO

E-MAIL

SAC



E-Mail Grátis



Shopping

ÍNDICE PRINCIPAL



# DietaJá!

Emagrecimento

Beleza

Saúde

Comportamento

Emagrecimento saudável e definitivo

Edição 141 - Junho/2007

▶ ASSINE DIETA JÁ

▶ PRESENTEIE ALGUÉM

▶ VANTAGENS ASSINANTES

edição

Sumário da edição

Edições anteriores

pecado liberado

Todo o mês dietas com o que você sempre sonhou em comer.

Eu adoro...

Dietas

Escolha sua receita

Receitas

sempre aqui

Editorial

Cartas

Especialistas

Jornal leve

Chame o garçom

Mundo Saudável

Ver para crer

Espelho Meu

1, 2, 3... malhando

Calorias na balança

Tudo de bom

Onde encontrar

serviços

Fale Conosco

Assine já

Anuncie

**Beleza/Fitness**

## ▶ Famosas enxutas!

POR ANDRÉA QUITTO

De bem com o espelho, sempre exibindo belas formas gordura zero, as estrelas estão com tudo: desfilam de maiô ou biquíni, sem constrangimentos. Engana-se quem pensa que elas se dedicam apenas à alimentação regrada e à atividade física. As celebridades lançam mão de vários procedimentos estéticos para diminuir as medidas que, às vezes, sobram... Descubra aqui, com exclusividade, o que elas fazem para estar sempre com o corpo sequinho!

### LUIZA MELL

#### DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL

**O que é:** massagem para eliminar o excesso de líquidos e toxinas do organismo.

**Como é feita:** através de manobras com movimentos circulares e suaves por todo o corpo.

**Indicação:** auxiliar no tratamento de celulite e de gordura localizada, e funcionar como método pré e pós-cirúrgico. Além de eliminar o excesso de toxinas acumuladas nas células e drenar os líquidos excedentes do organismo, promove estimulação da circulação linfática e sanguínea. "Faço a drenagem há mais de dois anos e o resultado é sempre bom. Não passo uma semana sem ela. Se, por causa de algum compromisso, preciso faltar às sessões, já sinto uma diferença nas minhas medidas", conta Luiza Mell, apresentadora do programa Late Show, da RedeTV! De acordo com a esteticista da Onodera, por ser manual, a técnica não é contra-indicada para gestantes. "Sem contar que parece uma massagem terapêutica. Melhora a oxigenação e a nutrição das células e tem ação relaxante para quem faz", afirma.

**Resultados:** os efeitos podem ser notados a partir da quinta ou sexta sessão.

**Preços:** R\$ 65 (por sessão); pacote com 10 sessões custa R\$ 560.



assine já!

busca

Faça já sua busca no site da revista Dieta Já!

Ok



**BRUNA PIETRONAVE****MANTHUS + MASSAGEM MODELADORA**

**O que é:** a Manthus, com a massagem modeladora, acelera o processo de queima de gordura e faz com que ela seja eliminada na urina. "Eu tinha gordura localizada na barriga e pude vê-la desaparecer, desde o início do tratamento, há um mês", diz Bruna Pietronave, atriz que participa dos programas A Diarista e Minha Nada Mole Vida, ambos da Globo. "Para reduzir medidas, também aplico a massagem modeladora, que potencializa o manthus", afirma a massoterapeuta Deise Freitas, na Clínica Piu Bella, no Rio de Janeiro.

**Como é feita:** combinação de ultrassom potente que, associado a um gerador de estímulos elétricos, produz correntes de média frequência, que estimulam a circulação.

**Indicação:** reduzir a gordura localizada, amenizar a celulite e a flacidez.

**Resultados:** para Deise, os dois tratamentos, juntos, reduzem medidas já na primeira sessão. "Uma potencializa o efeito da outra. O mais indicado é fazer as duas técnicas combinadas, três vezes por semana".

**Preços:** R\$ 750, o pacote com 12 sessões de Manthus, e R\$ 65, a sessão da massagem modeladora.

**ANA DE BIASI****MASSAGEM MODELADORA + DRENAGEM LINFÁTICA**

**O que é:** a massagem modeladora, associada à drenagem linfática, estimula a circulação e elimina os nódulos de gordura que causam o inchaço, principalmente na coxa, na barriga e no glúteo. "Há dois anos faço em casa a massagem e a drenagem, com a massagista Lena Stanyslau, e já senti a diferença nas medidas. Elas modelam o corpo, ativam a circulação sanguínea e ajudam a perder medidas, principalmente na cintura", conta a modelo carioca, Ana de Biasi.

**Como é feita:** inicia-se com uma massagem modeladora e em seguida é feita a drenagem linfática.

**Indicações:** para eliminar a celulite e as gorduras localizadas.

**Resultados:** "Com dez sessões é possível vê-los. A diferença do corpo é muito grande", afirma a esteticista carioca Lena Stanyslau, que indica



**ASSINE UOL  
BANDA LARGA**

Ligue:  
**0800  
703  
3000**

**VÍDEOS,  
FOTOS,  
MÚSICAS!**

**Modem  
Grátis**

**UOL**  
O MELHOR CONTEÚDO

fazer duas a três sessões por semana.

**Preços:** R\$ 70, por sessão, ou R\$ 500, o pacote de dez sessões.

PÁGINAS :: **1** | 2 | Próxima >>



Copyright © 2008 - Editora Escala  
É proibida a reprodução do conteúdo desta página em qualquer meio de comunicação sem autorização.