

MISS MONDE

Les fesses, les formes, les jambes..., chaque pays a ses préférences côté physique. Check-up de quelques obsessions de la world beauty et solutions anticapitons... par Marion Renard et Bénédicte Jégard



Adriana Lima

BRÉSIL

Bomber ses fesses comme les Brésiliennes

Au pays du beach-volley, les Brésiliennes affichent un corps et un bronzage parfait mais, surtout, une jolie paire de fesses bombées, bien musclées et fermes, qui font fantasmer la majorité de la gent masculine. Leur **body obsession** ? Le fessier qui tombe, pas terrible pour jouer les bombas sensuelles sur la plage !

Gommer. La peau de votre fessier est soumise aux frottements des vêtements qui l'irritent et la dessèchent. Pour retrouver de jolies fesses de bébé, multipliez les gommages en optant pour des exfoliants à gros grains, au moins une fois par semaine, afin de débarrasser votre épiderme de ses cellules mortes.

Raffermir. Malheureusement pour nous, cette partie du corps est très souvent prédisposée à la cellulite et doit être, pour le coup, traitée dès les premiers signes, avant qu'elle ne soit beaucoup plus installée et donc plus difficile à déloger. Pour un effet raffermissant, massez vos fesses avec des mouvements circulaires toniques tout en appliquant des gels blindés d'actifs brûleurs de graisse qui vont agir au cœur même de la cellule pour **dégommer vite fait bien fait ces capitons** qui complexent tant.

Galber. Pour un arrière-train qui défie les lois de la pesanteur, programmez-vous une cure d'attaque avec des soins minceurs riches en caféine qui vont stimuler la microcirculation de la peau et sculptez vos rondeurs en aidant vos muscles à se développer.

BEAUTÉ

Soin concentré minceur Triple Action, **Yves Rocher**, 29,50 €. Dans ce gel très frais, des graines de café vert et du thé vert lissent les capitons rebelles.

Gommage corporel aromatique Mangue & Kiwi, **Minus** 117, 25 €. Un baume gourmand à la fragrance tropicale qui polit tout en douceur votre divin arrière-train.

Crème sculptante spécifique fesses Wonderfess, **Méthode Jeanne Piaubert**, 69,50 €. Des fesses pulpeuses et bien fermes avec ce soin enrichi en acide hyaluronique qui redonne du volume là où il faut tout en lissant la surface.

Shorty minceur cuisses-abdos-fessiers, **Mixa Intensif**, 22,99 €. On adore ce shorty qui, en plus de galber nos fesses, est doté d'un soin minceur microencapsulé pour traiter la cellulite l'air de rien.

Soin multifermeté corps, **Elancyl**, 24,50 €. Cette crème multi-actions est idéale pour lifter et renforcer les zones qui flanchent.

WONDERFESS
Crème sculptante spécifique fesses
Specific bottom sculpting cream
Méthode **Jeanne Piaubert**
PARIS

YVES ROCHER
TRIPLE ACTION
ANTI CELLULITE
café vert
green coffee
MINCEUR SLIMMING
thé vert
green tea
FERMETÉ FIRMING
acide hyaluronique
CONCENTRÉ MINCEUR
SLIMMING CONCENTRATE

ELANCYL
PARIS
Crème fondante
Lifte, raffermi
renforce l'élasticité

Le geste en plus C'est ultra-connu mais ça marche : au lieu de prendre l'ascenseur, grimpez les marches par deux sur la pointe des pieds et en serrant bien les fesses pour tonifier votre popotin.
En institut Imaginé d'après un rituel brésilien, ce soin amincissant fait la peau à nos fesses bosselées. Le + : les textures gourmandes et l'enveloppement à l'argile pour se prélasser tout en s'affinant. Le - : le massage est tonique, et la graisse n'est pas épargnée. Mais il faut savoir souffrir un peu pour être mince!
Rituel brésilien Crème de Café 1 heure, Spa des 5 mondes, 85€.



Se faire une taille de guêpe comme les Japonaises

Toutes menues, les jolies Nippones vouent un véritable culte à la minceur et affichent un ventre plat grâce à une hygiène de vie très saine. Sans être une grande amatrice de poisson cru ou d'algues gluantes, on peut tout aussi bien s'offrir les mêmes abdos toniques en suivant leurs rituels de beauté à la lettre. **Leur body obsession ?** La bouée de graisse installée en CDI, pas très glamour en geisha sexy !

Se purifier. Moins crevants que le jogging et - presque - aussi efficace, les bains à 38 degrés additionnés de sels de bain détoxifiants vous permettent de **vous détendre tout en transpirant**. Résultat ? Votre corps élimine les toxines et la peau est préparée pour recevoir tous les soins qu'elle mérite.

Penser thé vert. Grâce à ses vertus antioxydantes et purifiantes, le thé vert est considéré au Japon comme un ingrédient miracle pour atténuer les fringales et faire une cure détox. En effet, rien de mieux que deux ou trois tasses de cette boisson amincissante 100 % naturelle, pour **favoriser le transit intestinal** et ainsi délaissier un ou deux kilos très vite.

Dégonfler. Entre les régimes yo-yo, le stress et les abus, votre bidon a pris du volume. Quand on sait qu'il est très difficile de déloger la graisse installée sur cette zone particulièrement sensible, mieux vaut s'y prendre tôt ! En gel ou en crème, privilégiez les soins qui vont agir directement sur la fermeté et, pour booster leur pénétration, **massez-vous le ventre dans le sens des aiguilles d'une montre** puis effectuez des pressions fortes sur le creux de la taille et sous le nombril.

Le geste en plus. Adoptez la bonne posture. Dans la tradition japonaise, les femmes sont tenues de se tenir droite. Résultat, les muscles abdominaux sont renforcés et vous facilitez même votre digestion.

En institut. En immersion totale dans l'univers marin de Phytomer, on se détend tout en s'affinant avec ce protocole minceur spécial Ventres-Fesses-Cuisses. Le + : pendant que le corps travaille, enveloppé d'une argile thermo-réductrice, l'esthéticienne s'occupe de vous, en vous massant délicatement les cheveux, les pieds et en réalisant un modelage des yeux. Le - : l'odeur des algues marines qui peut en freiner plus d'une.
Sculpteur Intégral, Soin Minceur Ventres-Fesses-Cuisses Th(5) Phytomer, environ 80€.

The advertisement features four products against a light background with a faint grid. On the left is a white jar of Nuxe Body cream with a tree logo. To its right is a green bottle of Nip+ Tummy Fix toner. Below these is a green tube of Biotherm Celluli Laser Size Code. On the far right is a tall, dark grey bottle of Absolution serum. The Clarins logo and product name are prominently displayed in the center.

CLARINS
PARIS

Lift-Fermeté
Crème riche régénérante
"Jeunesse du Corps"

Extra-Firming Body Cream
Lifts, tones, comforts

Crème fondante raffermissante, **Nuxe Body**, 35 €. Aussi efficace que glamour, ce soin enrobe votre peau d'une texture délicate et dynamise vos abdominaux.

Tonifiant pour "Abdo", Tummy Fix, **Nip Fab**, 18,95 €. Raffermissiez votre ventre sans passer par la corvée des abdos, c'est possible avec ce gel spécial paresseuses.

Crème Lift Fermeté, **Clarins**, 50,70 €. Sous ses airs de petit pot gourmand, cette crème amincissante cache bien son jeu et joue à merveille son rôle de harceleuse de graisse.

Soin avancé ventre taille Celluli Laser Size Code, **Biotherm**, 42 €. En plus de traquer la cellulite incrustée, ce wonder-gel bouscule sans pitié les adipocytes pour retrouver un ventre ferme.

Sérum La Solution + Fermeté, **Absolution**, 44 €. La fermeté, c'est chic, avec ce sérum bio qui prend soin de notre petit ventre.



SUÈDE

Sublimer ses jambes comme les Suédoises

À défaut d'être blonde et d'afficher le mètre quatre-vingts, on peut toujours piquer leurs astuces aux Suédoises pour avoir des gambettes légères et le cuissot tout aussi ferme. **Leur body obsession ?** Les cuisses grassouillettes et le capiton en veux-tu en voilà, pas fun à caser dans un jean slim !

Détoxifier. Véritable institution dans les pays nordiques, le sauna vous permet, en plus de vous revigorer et de vous détendre, d'éliminer les toxines et de nettoyer votre peau grâce à la chaleur sèche. Le tip ? La peau, bien reposée, est prête à recevoir le top des soins fermeté pour une action globale.

Drainer. Bonne nouvelle ou pas, personne ne peut échapper à la cellulite : 90 % d'entre nous en ont contre 2 % des hommes. Une terrible injustice qui donne envie de se battre encore plus en misant sur des super soins déstockants. Associés à un palper-rouler dynamique matin et soir, vous pouvez espérer voir des résultats significatifs au bout de quelques semaines.

Alléger. Pour éviter les gambettes en poteau et la sensation de jambes lourdes, les Suédoises terminent toujours leur douche par un jet d'eau froide, des fesses aux chevilles, afin d'activer la microcirculation sanguine et de tonifier l'épiderme. Pour un effet encore plus pepsy, ayez toujours sur vous une brume fraîcheur à appliquer dès que vous en avez besoin.

Le geste en plus. Bougez, en pratiquant le dernier sport trendy qui nous vient tout droit de là-bas, la gym suédoise. Parfait pour slimer vos jambes tout en vous défoulant sur de la musique ultra-fun !

En institut. Idéal pour détoxifier et tonifier la peau, ce protocole minceur nous propose de nous faire de belles jambes ! Le + : un résultat visible au bout de quelques séances et la sensation de légèreté à la sortie du spa. Le - : les effrayées de la ventouse risquent bien de ne pas prendre leur pied...

Massage Minceur 1 heure, Thémis, 96 €.

Solution anticellulite fermeté Meso Sculpt, Filorga, 129 €. *Un soin concentré et épaulé d'un roller à double tête rotative dernier cri pour éradiquer définitivement la cellulite persistante.*

Sérum fermeté Perfect Curves, Dove, 11,50 €. *Un sérum gainant pour toutes celles qui ont des capitons dès qu'elles font le moindre excès.*

Soin concentré multi-action minceur globale, Body Slim, Liérac, 37,50 €. *Il agit sur tous les fronts pour désincruster la cellulite qui squatte et redonner de la fermeté à vos gambettes.*

Brume défatigante et tonifiante Jambes Légères, Amande, L'Occitane, 15 €. *Effet frais longue durée et action anti-jambes lourdes, à appliquer comme si on enflait des bas.*

Sérum drainant Intensif Glauscine, Esthederm, 70 €. *Non seulement ce sérum au prix deluxe fait la peau à la cellulite douloureuse, mais il l'empêche de revenir à nouveau.*