

EDICOLA

CELLULITE: ECCO COME COMBATTERLA

LIFE STYLE

Bellezza

Giu 10, 2017



Le cause della cellulite sono svariate, da un'alimentazione troppo ricca alla vita sedentaria, dagli indumenti stretti ai tacchi alti, dal fumo allo stress...Le armi per combatterla sono **dieta, esercizio fisico, cosmesi naturale**. Una vera e propria malattia la cellulite (che colpisce 8 donne su 10 senza distinzione tra magre e "robuste", pigre e sportive) provocata da una degenerazione delle cellule di grasso che porta ad un edema localizzato e alla fibrosi dei tessuti (la famigerata "pelle a buccia d'arancia").

La guerra alla cellulite comincia con il **movimento**: efficaci la bici o la cyclette, le passeggiate di buon passo, il nuoto, la camminata in acqua, lo sci di fondo. Va bene anche salire le scale a piedi. Continua (la guerra) a **tavola**: un regime ipocalorico a base di frutta e verdure fresche, cibi ricchi di fibra, tisane depurative e drenanti, per aiutare l'intestino a lavorare meglio e l'organismo a smaltire l'adipe.



Tra i rimedi **cosmetici** indicati per combattere la cellulite, ottimo **Cell-Plus® Spray Cellulite e Snellimento** di **BIOS LINE**. La sua formula è potenziata con **l'Attivatore di Snellimento** (che non comporta perdita di peso), complesso brevettato¹ di Crithmum maritimum ed estratto di Rosmarino, titolato al 10% in Acido carnosico, che agisce sugli accumuli adiposi e sugli inestetismi della cellulite con un'efficace azione lipolitica. **Patch Complex**, a base di Caffaina e Silicio, forma sulla pelle un film invisibile "effetto guaina", mentre le **Alghe Azzurre® della Bretagna** micronizzate (*Gelidium cartilagineum*) contrastano la ritenzione idrica.

Applicatelo su cosce, fianchi, girovita, braccia, 1 volta al giorno per almeno 4 settimane, nebulizzando il prodotto ad una distanza di 10 centimetri per qualche secondo e massaggiare fino ad assorbimento.

SIMILAR ARTICLES



BAGNO D'AUTORE

Giu 10, 2017



VISO: COME RINGIOVANIRE CON MASSAGGI E COSMETICI

Giu 10, 2017