

Ας ξεκαθαρίσουμε μερικά πράγματα για την κυτταρίτιδα

Συντάχθηκε απο τον/την inoussa
Δευτέρα, 06 Αύγουστος 2018 01:48



Τη μισείς, τη σιχαινέσαι, την απεχθάνεσαι.

Η όψη φλοιού πορτοκαλιού είναι ο εφιάλτης κάθε κοριτσιού, με λίγες να αποτελούν εξαίρεση. Πάμε να δούμε μερικά τινία γι' αυτό το φαινόμενο που βασανίζει τα ποδαράκια μας;

Δεν έχουν σημασία τα κιλά

Οι περισσότερες συνδέουμε τα παραπάνω κιλά με την κυτταρίτιδα, αυτό όμως είναι λάθος. Είτε είσαι 55 κιλά, είτε 75, δεν έχει να κάνει. Πρόκειται για ένα φαινόμενο που έχει

Ας ξεκαθαρίσουμε μερικά πράγματα για την κυτταρίτιδα

Συντάχθηκε απο τον/την inaoussa
Δευτέρα, 06 Αύγουστος 2018 01:48

να κάνει περισσότερο με τα γονίδια, τη διατροφή και το κάπνισμα, παρά με τη ζυγαριά σου.

Σχεδόν όλοι έχουν

Δεν εξαιρείται κανείς. Ούτε οι celebrities, ούτε καν οι άντρες (!). Μη ξεγελιέσαι από το photoshop που πέφτει στα περιοδικά, τις φωτογραφήσεις κτλ ούτε από τα προϊόντα που βάζουν όλες πάνω στη σκηνή και μοιάζουν να έχουν πόδια Αγγέλων Victoria's Secret. Όλα είναι ένα εφέ.

Είναι δύσκολο να την ξεφορτωθείς

Ναι, με σωστή διατροφή και ΠΟΛΥ νερό, μπορείς να βελτιώσεις αισθητά το πρόβλημα. Όχι όμως να το εξαλείψεις. Και να σου πω και κάτι; Καθόλου δεν πειράζει.

Τα περισσότερα προϊόντα δεν κάνουν δουλειά

Ας ξεκαθαρίσουμε μερικά πράγματα για την κυτταρίτιδα

Συντάχθηκε απο τον/την inaoussa
Δευτέρα, 06 Αύγουστος 2018 01:48

Τουλάχιστον όχι φοβερή. Το να πλακώνεσαι στις κρέμες ένα μήνα πριν βγεις απ' την παραλία, τίποτα δεν πρόκειται να κάνει. Ο μόνος τρόπος να έχουν αποτέλεσμα είναι να συνδυάζονται με συχνό μασάζ πριν την εφαρμογή και μια σωστή και ισορροπημένη διατροφή.

Δεν πρέπει να ντρέπεσαι

Για όλους τους λόγους που αναφέραμε παραπάνω, δεν αξίζει να σκας ούτε να κρύβεσαι επειδή έχεις λίγη (ή και πολλή) κυτταρίτιδα. Αυτό που πρέπει να προσέχεις είναι να έχεις ένα σωστό βάρος, και αυτό για λόγους υγείας. Εξάλλου, τα ελατώματά μας μάς κάνουν καλύτερους. Αμέ.

Δε σε εμποδίζει να είσαι sexy, με αυτοπεποίθηση

Είσαι φυσιολογικός άνθρωπος και όχι μοντέλο που ξεπετάχτηκε από σελίδα περιοδικού. Τι σημαίνει αυτό, ότι πρέπει να κρύβεσαι; No no, φίλη μου. Εδώ έχουν κυτταρίτιδα stars όπως

Ας ξεκαθαρίσουμε μερικά πράγματα για την κυτταρίτιδα

Συντάχθηκε απο τον/την inaoussa
Δευτέρα, 06 Αύγουστος 2018 01:48

η J.Lo και η Kate Moss, εσύ θα ντραπείς;

Δες ακόμα: [women](#)

πηγή:y-olo.gr

NANA
— HAIR
SALON

