


# IL TROPPO TELELAVORO INCIDE SU STRESS ED INESTETISMI: COME RIMEDIARE

Di Redazione - Giugno 5, 2021 👁 14

 Share

 Facebook

 Twitter

 LinkedIn


Negli ultimi mesi la percentuale delle persone che sono passate dal lavoro in sede al telelavoro è aumentata in modo considerevole, sia tra gli impiegati pubblici sia tra i dipendenti del settore privato. Se da un lato lo smart working ha i suoi indubbi vantaggi, dall'altro questa modalità di lavoro incide sul fronte dello stress (i carichi di lavoro sono maggiori e si ha la sensazione di non essere mai disconnessi) e soprattutto sugli inestetismi. Infatti chi conduce una vita sedentaria va incontro a maggiori problematiche sia di salute sia di bellezza. Chi sta troppo ore fermo si pone di fronte ad una delle tematiche peggiori: **rassodare glutei**.

Di come rassodare i glutei ne abbiamo parlato con gli esperti di [endermologieroma.it](http://endermologieroma.it) i quali evidenziano come “i glutei sono la parte del corpo probabilmente più difficile da mantenere in forma, e soprattutto se si conduce una vita sedentaria e si segue un regime alimentare troppo calorico è inevitabile sentirsi appesantiti”.

C'è modo di rimediare? Assolutamente sì! “Sarebbe opportuno osservare delle buone abitudini

## ULTIME NOTIZIE



**MODENA. CAMPAGNA IN RADIO CONTRO LE TRUFFE AGLI ANZIANI**

Giugno 5, 2021



**IL TROPPO TELELAVORO INCIDE SU STRESS ED INESTETISMI: COME RIMEDIARE**

Giugno 5, 2021



**L'ITALIA DI MANCINI REGALA CALCIO SPETTACOLO: INCROCIAMO LE DITA PER L'EUROPEO!**

Giugno 5, 2021



**INFOPOINT CORMONS VETRINA PER TUTTO IL COLLIO**

Giugno 5, 2021



**AMBIENTE FVG: SCOCCIMARRO, 10 MILA BOTTIGLIE ACCIAIO PER PA PLASTIC-FREE**

Giugno 4, 2021



**GENOVA. ALLOGGI E SERVIZI PER LE FAMIGLIE DEI BIMBI DEL GASLINI...**

Giugno 4, 2021

e dei comportamenti corretti che possono essere di grande aiuto per rassodare i glutei e tonificarli”. In particolare tra i suggerimenti rintrano gli esercizi di potenziamento e la dieta equilibrata ed ipocalorica. Sono davvero tante le soluzioni per avere glutei ben sodi e tonificati ma si legge su **Endermologie** Roma “occorre tempo per vedere risultati efficaci, e anche tanto impegno e sacrificio”. Per ottenere risultati bisogna quindi seguire un corretto stile di vita e affidarsi agli specialisti nel rassodare i glutei.

“Un allenamento intensivo dovrebbe essere una soluzione efficace per rassodare i glutei in breve tempo – affermano gli esperti di endermologieroma.it – ma occorre un allenamento costante e basato su esercizi mirati, da praticare regolarmente e che permettano di agire sulla zona del sedere e delle cosce”.

Non solo. “Ad esso dovrebbe essere accompagnata un’alimentazione sana ed ipocalorica, necessaria per favorire il drenaggio dei tessuti e rendere più efficaci i risultati degli esercizi”.

Ma spesso corretta alimentazione ed esercizi mirati o non si possono fare o non sono sufficienti. Cosa fare quindi? “Bisogna ricorrere ad altri metodi per ottenere glutei sodi e tonici. La soluzione ideale è un trattamento estetico mirato come quello di endermologia, assolutamente naturale e basato sulla stimolazione meccanica dei tessuti”.

Il trattamento estetico in effetti è una delle soluzioni più efficaci e più praticate per rassodare i glutei. Ma come funziona? “L’azione dei Roll **LPG**, combinata alla mobilizzazione ritmata dei tessuti agisce sui fibroblasti e riattiva la produzione delle cellule della giovinezza, ovvero collagene ed elastina, indispensabili per sostenere la cute”.

“La tecnica **LPG** fa lavorare il metabolismo muscolare di glutei e gambe senza stressarsi e con trenta minuti di trattamento permette di ottenere più risultati di quanto possano fare settimane di esercizi”. Le donne (ma anche gli uomini) sono molto interessati a questi trattamenti. Il motivo viene spiegato chiaramente su endermologieroma.it. “Con questa tecnica si ottiene in breve tempo un sedere ben rassodato e glutei alti e sodi, che esaltano la silhouette e la rendono più snella e sensuale”.

Non si tratta solo di estetica. Gli esperti del settore bellezza di **Endermologie** Roma osservano come “avere un sedere sodo, oltre che far aumentare fascino e seduzione, favorisce anche una migliore stabilità del corpo e dona una postura più elegante”. L’azione **Lipomassage** di **Endermologie** interviene “in profondità e arriva nei fibroblasti, riattivando la produzione delle fibre fondamentali per ridare alla cute tonicità ed elasticità. Oltre che favorire il dimagrimento e il ripristino della lipolisi, cioè dello scioglimento dei grassi, rimodella la silhouette in modo preciso e mirato”.

La tecnica permette di apprezzare i risultati già fin dalla prima seduta. I glutei diventano più sgonfi e la pelle più compatta e levigata. Il trattamento favorisce lo smaltimento delle tossine e l’ossigenazione dei tessuti. “La pelle diventa più elastica, compresa quella dei glutei, e più luminosa, e – sottolineano gli esperti – la riattivazione di collagene e acido ialuronico aiutano a renderla ancora più soda”.



**COSSANO BELBO. GERARDO LOVISI E GIANNI MESSA MUOIONO SOFFOCATI MENTRE PULISCONO...**

Giugno 4, 2021



**ESCE IL NUOVO DISCO DEL COLLETTIVO MARIO ROSSI**

Giugno 4, 2021



**PISA. BRUCIATI VIVI: IL SECONDO LIBRO DI DANIELA STALLO**

Giugno 4, 2021



**LIMBADI IN LUTTO. A SOLI 42 ANNI MORTO ANTONINO VINCI MENTRE...**

Giugno 4, 2021

Carica altri ▾

La tecnica **lpg** consiste in un trattamento locale e sistemico, basato sulla stimolazione meccanica dei tessuti, e garantisce risultati che si mantengono nel tempo. Oltre che sui glutei si può applicare su varie zone del corpo dove è necessario rassodare e tonificare oltre che dimagrire.



Veronica Luzi Professionista **LPG**



Share



Facebook



Twitter



LinkedIn

Articolo precedente

**L'ITALIA DI MANCINI REGALA CALCIO SPETTACOLO: INCROCIAMO LE DITA PER L'EUROPEO!**

Articolo successivo

**MODENA. CAMPAGNA IN RADIO CONTRO LE TRUFFE AGLI ANZIANI**

#### ARTICOLI CORRELATI

#### ALTRO DALL'AUTORE



SALUTE

**ANCHE IL VACCINO CINESE SINOVAC AUTORIZZATO DALL'OMS MA EFFICACIA SOLO DEL 51% NELL'IMPEDIRE IL CONTAGIO**



TOSCANA

**FIRENZE. CHIUDE L'ULTIMO REPARTO COVID DI SANTA MARIA NUOVA**



TOSCANA

**A PISA NASCE L'ALLOGGIO SOSPESO PER LE FAMIGLIE DEI BAMBINI RICOVERATI AL SANTA CHIARA**

