

🛒 RESTOCK DOPPIA DETERSIONE E SWEETIELOVE LIQUID 🌱🌿 VAI SU CLIOMAKEUPSHOP.COM

➔ Accedi alla community

CLIOMAKEUP



SHOP ▾ CLIOPOPUP ▾ LAVORA CON NOI ▾ AMAZON STORE FORUM BEAUTY ▾ CAPELLI ▾ UNGHIE ▾

RECENSIONI ▾ FASHION ▾ DIETA & WELLNESS ▾ MAMMA ▾ RELAZIONI ▾ VIAGGI ▾ GOSSIP ▾ PORTFOLIO

CHI SIAMO CONTATTI

Home > CORPO E IMMAGINE

CORPO E IMMAGINE GUIDE ALLO SHOPPING IN EVIDENZA

Gambe Pesanti In Estate 🦋 Che Prodotti Usare Tra Spray, Creme Defaticanti E Rinfrescanti?

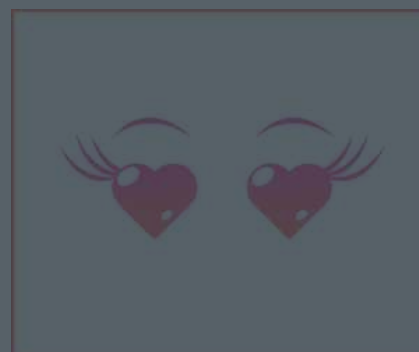
Può capitare di avvertire una sensazione di gonfiore e stanchezza, che mette in subbuglio tutto il corpo quando fa molto caldo. Cosa fare se si hanno le gambe pensati in estate con piedi annessi? Esistono prodotti, come le creme defaticanti e rinfrescanti, che contrastano il problema, così come i massaggi linfodrenanti e macchinare specifici.

Di TeamClio - 22 Giugno 2022



Le gambe pesanti in estate rappresentano una di quelle classiche problematiche che colpiscono molte donne, al di là dell'età e della forma fisica. Infatti il **gonfiore**, che si manifesta principalmente sugli arti inferiori, **caviglie e piedi** inclusi, può dipendere da diversi fattori che incidono sul **microcircolo**.

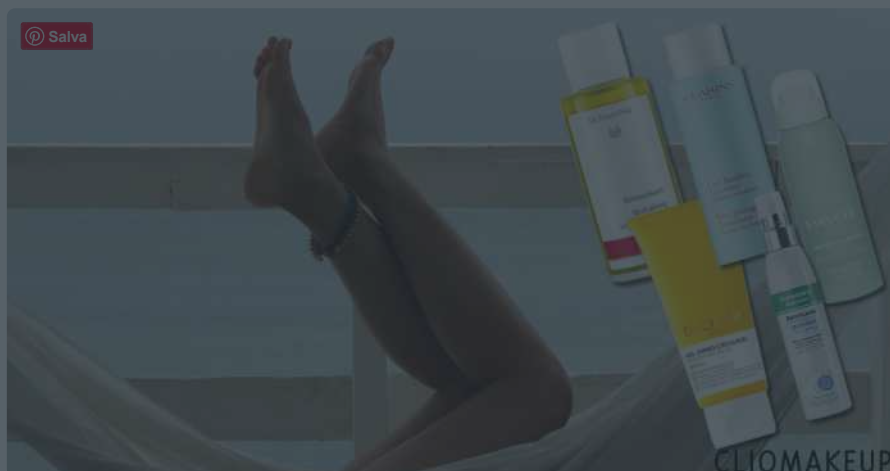
A volte sono solamente le temperature che aumentano vertiginosamente. Altre volte invece la problematica è associata alla troppa **sedentarietà**, alle **gambe accavallate** troppo spesso, al **peso** e all'**alimentazione** o anche alla **gravidanza**.



POST POPOLARI

Per poter avviare il problema, bisogna certamente agire per riattivare la **circolazione sanguigna**. I **massaggi linfodrenanti** sono ottimi alleati, così come lo è la **pressoterapia** e alcune **tecniche specifiche**, messe a punto in determinati centri e istituti estetici.

A tutto ciò si aggiungono **creme e spray rinfrescanti e defaticanti**, che agiscono rapidamente sui gonfiori. In poche parole ci sono diversi modi per prendersi **cura delle gambe pesanti in estate**. Conosciamoli meglio! Pronte, ragazze? Via col post!



Credits: Foto di Unsplash| Yen Phi

GAMBE PESANTI IN ESTATE: CAUSE E PICCOLI RIMEDI PER MIGLIORARE OGNI GIORNO

Può capitare, quando fa più caldo e soprattutto quando le **temperature** cambiamo all'improvviso, di avvertire un maggior senso di **pesantezza** e **stanchezza**, in particolar modo agli arti inferiori.

Parliamo quindi di **gambe pesanti in estate**, una condizione che si manifesta principalmente in questa stagione, quando fa naturalmente più caldo.

Gambe Pesanti In Estate Che Prodotti Usare Tra Spray, Creme Defaticanti E Rinfrescanti?

TeamClio - 22 Giugno 2022



Recensione Eyeliner Kiko Festival
Glow Waterproof Eye Marker

☆☆☆☆☆



Colore Capelli Estate 2022 🧡
Arrivano I Tennis Highlights, Le
Schiariture Naturali E
Multidimensionali

21 Giugno 2022



Correttori Stick 2022 🧡 I 12
Migliori Tra Novità E Must Have

21 Giugno 2022



Costumi Interi 2022 🧡 I Più
Glam Da Indossare Anche Con
Shorts E Gonne

21 Giugno 2022

Salva



Dr. Hauschka, tonico rivitalizzante gambe e braccia (100 ml). Prezzo: 24,76€

applicando l'esclusivo codice sconto LFCLIO su lookfantastic.it

Il corpo non riesce a sopportarlo perché il **sangue non defluisce bene**, quindi ci troviamo dinanzi a un problema di circolazione sanguigna.

LE GAMBE PESANTI IN ESTATE RIVELANO UN PROBLEMA DI CIRCOLAZIONE SANGUIGNA

Tuttavia molte volte dipende tutto da come si trascorrono le giornate se si hanno **disturbi venosi**.

Gli esperti consigliano di fare movimento ogni giorno, anche una breve camminata. In caso di attività sedentaria, di alzarsi e camminare anche solamente 5 minuti ogni 2 ore.

Da evitare di **accavallare le gambe** mentre si suggerisce di mantenere il proprio peso forma, così da non sovraccaricare troppo gli arti inferiori. Frutta, verdura e sali minerali aiutano a contrastare la pesantezza, a

dispetto di cibi salati e troppo elaborati.

Anche limitare l'uso dei tacchi e stare il più possibile con le gambe alzate, ad esempio prima di andare a dormire o durante le pause in casa, può aiutare e dare sollievo.

I TRATTAMENTI PER LE GAMBE PENSATI IN ESTATE

Per snellire, drenare, quindi "smuovere" i liquidi e migliorare la circolazione sanguigna, ci sono diversi trattamenti professionali che possiamo tentare.

Salva



LPG endermologie, CELLU M6 ALLIANCE®, trattamento endermologie® per gambe leggere. Prezzo al pubblico consigliato: 70 € per una seduta di 30 minuti

Di sicuro i più comuni sono i **massaggi linfodrenanti** specifici, da effettuare proprio sulla zona colpita. In alternativa anche delle sedute di pressoterapia aiuteranno a tenere a bada la problematica.

Per far fronte alle gambe pesanti in estate ci sono, ad esempio, i trattamenti mirati e naturali di **LPG endermologie. CELLU M6 ALLIANCE®** affronta il problema dei gonfiori aiutando il corpo a drenare i liquidi in eccesso, stimolando la circolazione e riducendo la ritenzione idrica, per gambe leggere e piene di vitalità.

Il nuovo **manipolo brevettato LPG®** combina infatti un'aletta ed un rullo motorizzati ad un'aspirazione sequenziale, per stimolare in modo profondo i tessuti. Stimolando la pelle, endermologie® riattiva in modo indolore ma efficace la circolazione alleviando così la congestione venosa per

riacquisire tonicità e sollievo immediato e duraturo.



*Collistar, Bende Snellenti Drenanti. Prezzo: 25,00€ su sephora.it **

A proposito di trattamenti, ve ne proponiamo uno da fare in casa per gambe pesanti. Sono le **bende snellenti e drenanti** a marchio **Collistar**, novità dell'estate 2022.

Nella busta ci sono due bende già imbibite e pronte all'uso, lavabili e riutilizzabili fino a 10 volte ciascuna. L'efficacia è immediata, l'utilizzo è semplicissimo e in pochi gesti riuscirete a favorire la microcircolazione.

*** Fino al 31/12/2022 spendendo più di 49€ sul sito sephora.it è possibile ricevere il 20% di sconto inserendo al checkout il codice speciale BEAUTY20 dedicato alla community di ClioMakeUp. Alcuni marchi potrebbero essere esclusi, per dettagli e condizioni visitare il sito sephora.it.

Ragazze, continuate a leggere il post a pagina 2 per scoprire i migliori prodotti per le gambe pesanti in estate, anche in gravidanza!



Continua senza accettare