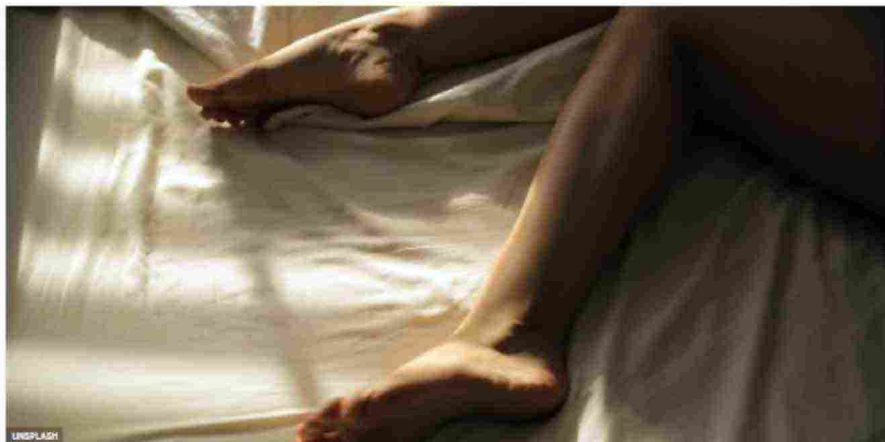


Liftante e drenante, il migliore massaggio anti cellulite secondo gli esperti

Tre esperti spiegano le manovre e i trattamenti per detossinare, scolpire e liftare il corpo.

mc Di Vanessa Perilli 18/06/2021




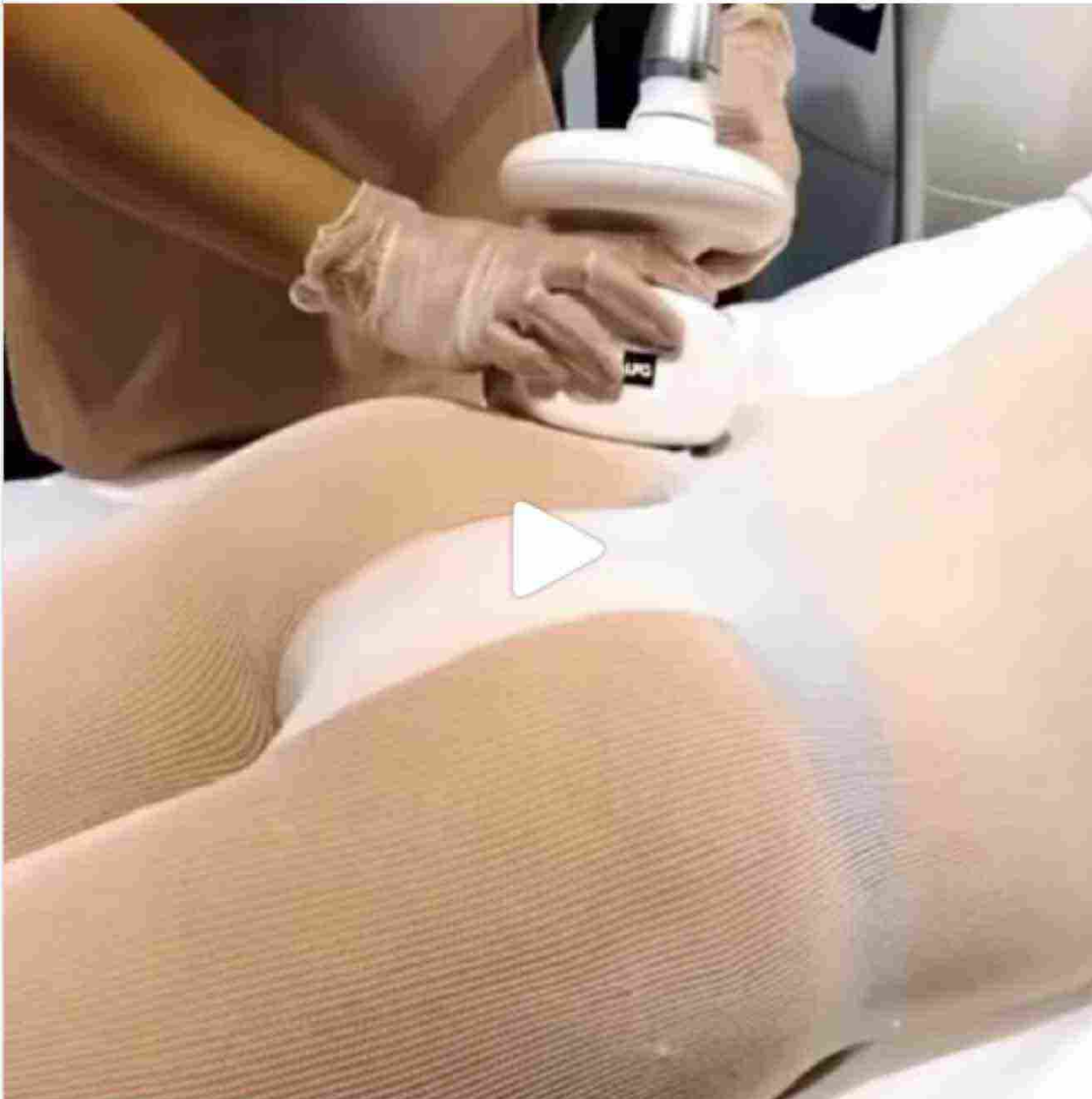
Riguarda il 90% delle donne, ma si può prevenire, combattere e ridurre ai minimi termini. I migliori **massaggi anti cellulite**, uniti a una dieta sana ed equilibrata povera di grassi e sale e all'applicazione costante e a regola d'arte di **creme drenanti** e tonificanti, sono il rimedio numero uno per annientare la *pannicolopatia edematofibrosclerotica*. "Per **contrastare la cellulite** sono necessari trattamenti che stimolino la circolazione linfatica e vadano a drenare tossine e scorie metaboliche. Tra i rimedi più efficaci ci sono senz'altro i massaggi drenanti, la coppettazione e il dry brushing, da eseguire con movimenti circolari che partono dalle caviglie e terminano su cosce e glutei, favorendo quindi il ritorno venoso", spiega la dermatologa Mariuccia Bucci. "Le pietre, in primis la giada, sono perfette per veicolare prodotti skincare sulla pelle. Massaggiate sull'epidermide con manovre chiamate *gua sha* svolgono un'azione liftante. Con la parte liscia e piatte si "solleva" il muscolo mentre con quelle smussate grazie a dell'olio si esercita uno sfregamento sullo stesso per scolpirlo. Per tonificare e liftare la pelle però le manovre devono essere eseguite in modo corretto e quindi da personale esperto", aggiunge il dottor Massimiliano Baccanelli, medico estetico autore del *Manuale di agopuntura e tecniche correlate in medicina estetica* (Noi Edizioni, 2019). "Per combattere accumuli adiposi e la **cellulite** molto efficaci sono anche la carbossiterapia basata sull'uso dell'anidride carbonica che va ad agire sulla microcircolazione e le onde d'urto che agiscono direttamente sul metabolismo cellulare ottenendo un effetto rigenerativo importante che permette di restituire tonicità alla pelle", conclude Patrizia Gilardino, medico estetico di Milano, socio Sicpre (Società italiana di chirurgia plastica, ricostruttiva ed estetica) ed è iscritta all'Associazione Italiana Chirurgia Plastica Estetica (Aicpe).

Di seguito i migliori rimedi per combattere la cellulite divisi in tre **massaggi drenanti/liftanti** e tre prodotti skincare ad hoc per completare l'opera.





3.

Il massaggio anti cellulite **endermologie**


 **lpgendermologie_it**
3,602 followers [View Profile](#)



[View More on Instagram](#)

105 likes

Add a comment... 

LPG propone **endermologie Detox**, un trattamento che attiva gli scambi circolatori e drena le tossine in eccesso. Agisce sulla ritenzione idrica, donando un effetto energizzante e un'immediata sensazione di leggerezza.