



La Fabbrica del Benessere

HOME CATEGORIE ARCHIVIO TOP TAGS CONTATTI



VERYCOOL OH, MY BAG! OH, MY SHOES! OH, MY BABY! FASHIONMAN FASHIONBRIDE VANITIES DESIGNBUZZ TECHNOGIRL WELLNESS FARM THEFASHIONEAST BIF

Oggi su Wellness Farm

### Le cattive abitudini che fanno venire la cellulite



### Un massaggio rilassante con i serpenti



### Dimagrire 8 chili in 7 giorni con la dieta indiana



## Le cattive abitudini che fanno venire la cellulite



Oggi parliamo delle **cattive abitudini che fanno venire la cellulite** o che comunque e possono favorirne l'insorgere e che, sicuramente, non aiutano a combatterla.

Un articolo del *Daily Mail* elenca quali sono le **cattive abitudini che fanno venire la cellulite**. Tra queste ci sono l'accavallare le gambe quando si sta sedute e indossare indumenti troppo stretti. A dirlo è Clelia Monteaux, studiosa della [LPG Endermologie](#) (trattamento non invasivo contro la cellulite).

Secondo l'esperta la **cellulite** è causata da un'eccessiva ritenzione idrica. Ma tenere le gambe accavallate a lungo ridurrebbe la circolazione linfatica e sanguigna in modo da far comparire con più probabilità la pelle a buccia d'arancia. La Monteaux consiglia inoltre di non indossare troppo spesso indumenti troppo stretti come jeans skinny e leggings. Meglio alternare vestiti aderenti con modelli decisamente più comodi e larghi.

Una vita troppo sedentaria è un'altra tra le **cattive abitudini** che favoriscono la comparsa della **cellulite**. Bisogna quindi praticare attività fisica e cercare di muoversi ad intervalli di tempo regolari se per esempio si sta seduti per tante ore in ufficio (anche stare troppo in piedi ferme non è il massimo). Si può camminare per qualche minuto in modo da ripristinare la circolazione. Bisogna inoltre bere tanta acqua e seguire una sana alimentazione.

Postato da **Francesca** in [Problemi & Rimedi](#)

Tags: [alimentazione](#), [cattive abitudini](#), [cellulite](#), [circolazione](#), [consigli](#)

**Mi piace** Iscriviti per vedere cosa piace ai tuoi amici.

Ti potrebbero interessare anche:

### RICERCA

Cerca



### FACEBOOK



Wellness Farm - La f...

Mi piace questa Pagina 3642 "M

### CATEGORIE

[BEAUTY & RELAX](#)
[BISTURI E DINTORNI](#)
[DA DOMANI DIETA](#)
[MAKE-UP SECRETS](#)
[PROBLEMI & RIMEDI](#)
[SANO SESSO](#)
[TUTTI IN FORMA!](#)
[VACANZE BENESSERE](#)
[WELLNESSFARM.IT](#)

### ULTIME DAL NETWORK

[I PIGIAMI DI OTHER STORIES](#)
[BORSA IN PAGLIA MULTICOLOR SENSI STUDIO](#)
[LE DECOLLETES DI SATIN E CRISTALLI DI ROCHAS](#)
[SNEAKERS MICHAEL MICHAEL KORS: ANIMEALIER, SÌ, MA CON DISCREZIONE](#)
[I CAPPOTTI DI PELLICCIA PIÙ TRENDY DEL 2019](#)
[ABITI DA SPOSA ISPIRATI ALLE PRINCIPESSE DISNEY](#)
[LA CUCCIA ANTI RUMORE PER I NOSTRI CUCCIOLI](#)
[LA CORDA PER SALTARE SUPER HI-TECH](#)
[ORIGINAL MARINES E COTTON USA, PARTNERSHIP RINNOVATA PER IL SETTIMO ANNO](#)