

Come avere la pelle del corpo sempre liscia

Utilizzare uno scrub rinnovante

REDAZIONE · 21/07/2019 · 10:08



Come avere la pelle del corpo sempre liscia. Avere la pelle del corpo sempre liscia e morbida è possibile? Sembrerebbe proprio di sì, basta avere tanta cura del proprio corpo e soprattutto, cercare di non dimenticarsi mai di quanto sia importante connettere l'alimentazione e la salute alla pelle. La pelle del corpo, deve essere sempre a prova di carezza perché magari, quando c'è un momento in cui si ha bisogno di un po' di coccole, bisogna essere morbide al punto giusto. Per cercare di rendere la pelle sempre liscia e morbida, il consiglio è quello di [utilizzare un idroscrub rinnovante come questo](#) e di mettere in campo tutta un'altra serie di rimedi che aiuteranno a sentirsi più belle e più morbide al tatto.

Alcuni consigli per avere la pelle del corpo più morbida

Per avere la pelle del corpo più morbida e liscia, innanzitutto bisogna regolare l'acqua. L'acqua troppo calda infatti tende a danneggiare la pelle e potrebbe essere un problema. Invece, per cercare di rimediare il consiglio è sempre quello di puntare su un detergente giusto. Bisogna scegliere un detergente con proprietà idratanti ed emollienti, in grado di aumentare il contenuto di acqua della pelle stimolando la desquamazione fisiologica e soprattutto con la rigenerazione cellulare dell'epidermide. Già nel tempo

la pelle risulterà molto più morbida e liscia.

Usare una spugna oppure un guanto, come fare un Idroscrub

Fare lo scrub sul corpo è uno dei segreti per far diventare la vostra pelle molto più liscia. Bisogna utilizzare una spugna oppure un guanto in modo tale che la frizione andrà a stimolare il microcircolo e la pelle sarà sempre più liscia. Una pelle morbida va anche esfoliata attraverso una pulizia profonda che va poi a comportare una rigenerazione. Anche utilizzare quotidianamente un trattamento scrub fai da te, è davvero utile in modo tale da ripulire la pelle e soprattutto, farlo nei punti più critici. L'idratazione poi

ha un contenuto fondamentale: infatti bisogna utilizzare sempre prodotti a base di glicerina oppure di latte di cocco, nonché olii vegetali, in modo tale da rendere la pelle sempre più nutriente, emolliente ed elasticizzante. Ad avere un ruolo chiave è anche la necessità di energizzare la pelle attraverso degli elementi nutritivi con sostanze naturali e vitamine, in grado di nutrire, rassodare e curare in profondità il corpo. Grazie a questi sistemi, il tessuto avrà una nuova elasticità e sarà possibile anche restituire tonicità e tenore.

La cura della pelle anche attraverso l'alimentazione

È possibile curare la pelle anche attraverso l'alimentazione, infatti talvolta è necessario pensare ad una dieta sana ed equilibrata, con il giusto contenuto d'acqua, in modo tale da riuscire a idratare il corpo. Questo elemento è fondamentale perché aiuta l'organismo a sentirsi bene e anche la pelle che è una sorta di specchio della salute del corpo, avrà un aspetto molto più morbido e molto più liscio o idratato. Riuscire in questo senso significa migliorare la propria salute! I vantaggi saranno sia estetici che

fisici in senso più stretto: è bene perciò iniziare subito a mettere in campo queste pratiche sane per ristabilire la propria salute.