

Come ridurre l'effetto buccia d'arancia?



Uno degli inestetismi cutanei più diffusi e, soprattutto, più temuti, è sicuramente la pelle "a buccia d'arancia". Si tratta di un effetto antiestetico provocato dalla cellulite che colpisce la maggior parte delle donne. Ma quali sono le cause? E i modi attraverso i quali si può ridurre l'effetto buccia d'arancia? Oltre alla dieta e all'attività fisica, è fondamentale optare per il giusto trattamento con azione rimodellante e drenante.

Pelle a buccia d'arancia: che cos'è?

Si tratta di un processo infiammatorio: il tessuto adiposo smette di funzionare "normalmente", rovinando l'equilibrio fra lipolisi, ovvero l'utilizzo dei grassi da parte dell'organismo e la litogenesi, ovvero la formazione di grassi corporei (trigliceridi).

L'effetto "bucherellato" della pelle viene assunto in seguito proprio a questi cedimenti del tessuto adiposo, i quali tendono a provocare appunto dei piccoli solchi nella cute.

Le parti "a rilievo" sono le aree di accumulo del tessuto, che evidenziano lo squilibrio presente a livello sottocutaneo.

Derivando da una fuoriuscita di liquidi che ristagnano negli interstizi cellulari, la pelle a buccia d'arancia ha bisogno di essere trattata in maniera specifica.

Pelle a buccia d'arancia: come si previene?

Ci sono diverse cause che tendono a causare questo inestetismo cellulare: alcune possono essere più superficiali e potrebbero dipendere dallo stile di vita: troppi grassi, poca acqua e ridotta attività fisica solitamente tendono a portare a questo squilibrio.

Tuttavia, ci sono anche alcune cause più serie, come le alterazioni ormonali o vascolari e la ritenzione idrica, ma anche lo stress e altri fattori che mettono in crisi il sistema circolatorio del sangue e quello linfatico.

Per la prevenzione è importante osservare se il proprio stile di vita è troppo sedentario, se l'alimentazione è bilanciata, se non si soffre di disturbi intestinali.

Pelle a buccia d'arancia: come ridurla?

La pelle a buccia d'arancia è un inestetismo risolvibile. Il primo step è sicuramente quello di correggere lo stile di vita, qualora si avesse una tendenza alla sedentarietà e si seguisse una dieta poco sana e squilibrata.

Bere molto, praticare attività fisica giornalmente ed evitare il consumo di troppi grassi nel corpo sono tutte opzioni valide per ridurre l'effetto della pelle a buccia d'arancia.

È possibile anche seguire delle vere e proprie "diete anticellulite", con cibi *ad hoc* non solo per non aggravare la situazione, ma anche per drenare i liquidi in eccesso e riequilibrare l'attività linfatica e circolatoria.

Se il problema è più serio, di natura ormonale o vascolare, è bene recarsi dal medico e adottare con lui le dovute soluzioni. Di certo, la pelle a buccia d'arancia, se per cause non troppo "serie", è del tutto superabile.

Prevenire e combattere la pelle a buccia d'arancia

È fondamentale prevenire e combattere la pelle a buccia d'arancia. In che modo? Oltre alla dieta ed al mutamento dello stile di vita, è buon consiglio optare per il giusto trattamento con azione rimodellante e drenante, in grado di ridurre visibilmente la pelle a buccia d'arancia e riattivare il microcircolo cutaneo.

Il fluido concentrato ad alta penetrazione ad effetto persistente **Drain Body** di **Mascia Brunelli** agisce modellando i contorni del corpo e può essere la giusta soluzione per ovviare a questo problema.

Ricca di principi attivi di origine vegetale, il fluido concentrato è adatto per il trattamento cosmetico della cellulite e deve essere applicato sulla parte interessata fino ad ottenere il perfetto assorbimento.

Articolo scritto da **Redazione PinkItalia**