

Giovedì, 30 Maggio 2019 07:24

Benessere: come drenare i liquidi in eccesso?

Scritto da Redazione

font size 🔍 🔍 | Print | Email |



Eliminare e drenare i liquidi in eccesso significa alleviare il fastidioso senso di gonfiore che, talvolta, mette di cattivo umore e comporta non pochi problemi alla salute umana ed al benessere psico-fisico.

La cattiva alimentazione, uno stile di vita scorretto, l'ossidazione, lo stress e i fattori genetici possono appesantire la propria silhouette e provocare inestetismi come la cellulite, le smagliature, la ritenzione idrica e l'accumulo di adiposità localizzate su addome e gambe.

È possibile **combattere gli inestetismi della pelle**? Come drenare i liquidi in eccesso? Dieta e palestra sono validi alleati della silhouette, ma per raggiungere i

migliori risultati, è bene utilizzare quotidianamente un trattamento cosmetico che favorisce efficacemente il riassorbimento dell'adiposità localizzata, nonché il miglioramento del microcircolo cutaneo.

Tra i migliori prodotti per drenare i liquidi in eccesso, quelli presenti nel sito masciabrunelli.com sono sicuramente tra i più apprezzati dai consumatori, in quanto sono l'incarnazione di un trattamento cosmetico naturale ed efficace.

Drenare i liquidi in eccesso: rimedi naturali ed efficaci.

Drenare, in modo naturale, i liquidi in eccesso è molto semplice. Occorre, infatti, tenere in considerazione alcuni semplici accorgimenti: **bere molta acqua** lentamente e a stomaco vuoto, **ridurre il consumo di sale**, evitando di mangiare soprattutto formaggi ed insaccati.

Le **fibre**, poi, rappresentano un'ottima soluzione per ripulire i reni, il colon ed il tratto urinario, in modo da rendere più facile il rilascio dei liquidi.

Pertanto, è bene prediligere specifici alimenti, come semi di lino e cereali integrali, a colazione nonché optare per spuntini a base di frutta.

Infine, non bisogna dimenticare anche che esistono rimedi anche per raggiungere i risultati desiderati più velocemente, come **sauna e bagno turco**, i quali permettono, attraverso il sudore, di espellere i liquidi.

Associando tali metodi all'utilizzo di **creme cosmetiche**, le quali svolgono un importante ruolo nel percorso di modellamento, si ridefiniranno le forme del proprio corpo in un breve lasso temporale.

Eliminazione dei liquidi: le piante utili contro la ritenzione idrica.

La ritenzione idrica è causata dall'accumulo dei liquidi e, pertanto, è bene conoscere tutte le sostanze in grado di favorire il drenaggio degli stessi.

In merito, si possono citare l'ibisco, la betulla, la pilosella, il tè verde e l'equiseto, ovvero piante da cui vengono ricavati degli estratti utili per contrastare la ritenzione idrica. In più, anche quelli di Guaranà e Matè favoriscono la stimolazione del metabolismo nonché il mantenimento del peso corporeo.

Adi Tonic Body di Mascia Brunelli: la valida soluzione per un effetto persistente, tonificante e snellente

Adi Tonic Body di Mascia Brunelli è un fluido che favorisce efficacemente il riassorbimento dell'adiposità localizzata nonché il miglioramento del microcircolo cutaneo.

La sua azione è diretta a ridurre gli accumuli adiposi allo scopo di donare una visibile tonicità per ridefinire la silhouette. La sua formulazione, inoltre, è ricca di **principi attivi di origine naturale** che lo rendono capace di agire dall'interno così da modellare i contorni del corpo.

Per ottenere dei risultati visibili in poco tempo, si consiglia di applicarlo mattina e sera, massaggiando delicatamente la parte interessata fintantoché non si ha il suo completo assorbimento.

Inoltre, per quanto riguarda gli ingredienti, troviamo, ad esempio, la **glaucina**, ovvero una molecola avente la funzione di stimolare la lipolisi e di inibire la formazione di nuovi adipociti mediante la regolazione del flusso di calcio, o anche un complesso di **oli essenziali**, in grado di attivare il microcircolo e di aumentare il drenaggio linfatico.