

## **Pozbądź się cellulitu przed latem!**

**Wróg miliona kobiet, o medycznej nazwie lipodystrofia, potocznie określany jako „skórka pomarańczowa” – tak, mowa tu o cellulicie. Zimą skrzętnie skrywamy go pod warstwą ubrań, przed okresem letnim chcemy się go pozbyć jak najszybciej. Zadbajmy więc o piękne ciało już teraz, bowiem wiosna to przysłowiowy ostatni dzwonek, by móc pochwalić się pięknym ciałem podczas wakacyjnych podróży.**

*– Do dzisiaj w medycynie wyróżnia się dwa rodzaje cellulitu – twardy i miękki. Pierwszy z nich występuje zazwyczaj u kobiet, u których masa ciała nie uległa drastycznej zmianie, a także u młodych dziewczyn i tych, regularnie uprawiających sport. Natomiast cellulit miękki jest domeną kobiet o zaokrąglonych kształtach i mających małą styczość z aktywnością fizyczną. Jego cechą charakterystyczną jest jego duża widoczność, o wiele większa niż cellulitu twardego – wyjaśnia Olga Kamińska, kosmetolog, Training Manager Biologique Recherche.*

*– Jego występowanie związane jest zazwyczaj z brakiem ruchu, niewłaściwą dietą, ale także predyspozycjami genetycznymi, problemami hormonalnymi lub zatrzymywaniem wody – dodaje ekspertka.*

### **Różnice pomiędzy cellulitem a tkanką tłuszczową**

Cellulit w przeciwieństwie do tkanki tłuszczowej dotyka zwłaszcza kobiety i umiejscawia się przede wszystkim po wewnętrznej, zewnętrznej i tylnej partii ud, na dole i na górze brzucha, a także na biodrach. Jego charakterystyczną cechą jest to, że po ściśnięciu skóry uzewnętrzniają się górki, dołki i nieregularności. Istotny jest również fakt, że organizm nie może wykorzystywać cellulitu jako źródła energii.

### **Kompleksowość w leczeniu**

Kompleksowe podejście jest najważniejsze w walce z cellulitem. Okazuje się, że oprócz przestrzegania zasad zdrowego odżywiania i odpowiedniej ilości aktywności fizycznej, w walce ze skórą pomarańczową pomocne może być użycie kosmetyków specjalnie do tego przeznaczonych. Powinny one łączyć w sobie wiele zastosowań, takich jak działanie antycellulitowe, nawilżające, a także uelastyczniające skórę. Dodatkowym atutem będzie zawartość wyciągów z brzozy białej, skrzypu polnego czy wyciągu z pokrzywy, które posiadają właściwości antycellulitowe i sprawiają, że nasza skóra staje się bardziej elastyczna.

### **Postaw na krem i masaż**

Aby osiągnąć jak najlepsze efekty, podczas wcierania kosmetyku należy wykonywać masaż z użyciem specjalnie do tego przeznaczonej szczotki lub rękawicy. – *Idealnym rozwiązaniem*

*jest wmasowywanie kremu Creme Anti-C, dedykowanemu skórze z miejscowymi nadwyzkami tkanki tłuszczowej. Dzięki bogactwu zawartych w nim eksfoliantów, enzymów lipolitycznych oraz ujędrniających składników aktywnych, możemy zauważyć intensywne ujędrnienie skóry i efekt wyszczuplenia sylwetki. Musimy jednak pamiętać o regularności – tylko dzięki niej efekt będzie zadowalający – zaznacza Olga Kamińska.*

Walka z cellulitem nie jest prostym zadaniem, dlatego też warto rozpocząć ją jak najwcześniej, aby podczas wymarzonej wakacji czuć się dobrze w kostiumie kąpielowym i móc się pochwalić gładką skórą. Pamiętajmy jednak, że nasze działania muszą być kompleksowe i regularne, aby osiągnąć wymarzony efekt i cieszyć się nim jak najdłużej.

\*\*\*

**Olga Kamińska** – Training Manager Biologique Recherche. Kosmetolog, zawodowo związana z branżą beauty od 7 lat. Świat Biologique Recherche nie ma przed nią tajemnic. Prowadzi szkolenia z zakresu produktów, jak również zabiegów i masaży autorskich marki. Kosmetologia jest jej największą pasją. Jak sama zaznacza: „Pielęgnacja skóry to dla mnie coś więcej niż aplikacja produktu. To wielokierunkowe, holistyczne i spersonalizowane działanie oparte na produktach o najwyższej skuteczności działania.”

**Biologique Recherche** to istniejąca od ponad 40 lat francuska marka kosmetyków biologicznych i autorskich zabiegów haute couture, którą wyróżnia innowacyjne podejście do pielęgnacji urody. Naturalne składniki pochodzenia roślinnego, morskiego i biologicznego oraz unikatowe formuły z zastosowaniem najwyższych stężeń składników aktywnych to sekret marki. Jej skuteczność doceniły kobiety na całym świecie, w tym światowe gwiazdy, takie jak Sharon Stone, Linda Evangelista czy Mary-Kate i Ashley Olsen.

#### **KONTAKT DLA MEDIÓW:**

Natalia Wikieł  
n.wikiel@synertime.pl  
nr tel. 664-904-601