

Potrebbe interessarti anche



Alzheimer: i segnali iniziali che devono preoccupare



Le unghie? Lo specchio della nostra salute



Vip Italiani Finiti Sul Lastrico (Excite Italia)



10 cibi calorici da evitare se vuoi dimagrire. Ecco gli (Hitparade)



L'ABC delle fibre: cosa sono e a cosa servono

Raccomandato da

Lo scrub con il sale

Stai guardando: **Anticellulite naturali**

di **Laura D'Orsi**

Play 5 foto « ‹ 1 2 3 4 5 › »



Credits: Olycom

LO SCRUB CON IL SALE

COME LO PREPARI

Al centro di una pezza di lino di 20 cm circa di lato, disponi 3-4 cucchiaini di sale marino grosso integrale e 5-6 gocce di olio essenziale di limone.

COME LO USI

«Passa il sacchetto sotto l'acqua tiepida e sfregalo sulla pelle inumidita. Fai lo scrub due volte alla settimana» consiglia Giulia Penazzi, farmacista e cosmetologa, autrice di Cosmetici naturali fai da te (Tecniche Nuove).

PERCHÉ FA BENE «Lo iodio accelera lo smaltimento dei grassi, mentre l'essenza di limone favorisce la circolazione periferica e l'eliminazione delle tossine» spiega la cosmetologa. In alternativa, puoi preparare un altro peeling efficace mescolando 3 o 4 fondi di caffè con un pugno di sale fino e una tazzina di olio aromatizzato al rosmarino. «Mettili a macerare per un mese in mezzo litro di extravergine con due rametti di rosmarino» suggerisce Maria Teresa Lucheroni. «All'azione drenante del sale, si unisce quella del caffè che aiuta a ridurre i depositi adiposi. Il rosmarino stimola la circolazione e aiuta la penetrazione dei principi attivi».

Play 5 foto « ‹ 1 2 3 4 5 › »

Tag: anticellulite, scrub, argilla, erbe

Cellulite: combatterla a colpi di yoga

Avete la pelle a buccia d'arancia e avete già provato di tutto tra diete, massaggi, creme e tisane senza vedere risultati? Provate qualche posizione di yoga.



Le spezie del benessere

La vaniglia vince l'insonnia, la cannella migliora l'umore, la curcuma aiuta a restare giovani. Ecco cinque ricette facili e fai da te



© Riproduzione riservata

Proprio ora, gli utenti sono alla ricerca di aziende come la tua.

Google AdWords

Guarda anche



Ecco come puoi decorare la casa grazie ai consigli delle blogger di tesa Powerstrips
(Tesa)



Sara Tommasi e la trasformazione Shock
(Social Excite)



Sei stitica



Cannella contro la glicemia alta



A che età si va in menopausa



Ecco le dieci donne più belle del mondo

Raccomandato da