

Bota fora da celulite!

O verão está chegando e, definitivamente, não existe espaço para o aspecto em casca de laranja nesta época. Por isso montamos um programa eficaz com dieta e tratamentos estéticos para você se ver livre da celulite

DIETA ANTI CELULITE:

O ideal é consumir alimentos termogênicos e diuréticos para aumentar a queima de calorias e eliminar as toxinas acumuladas no organismo. Evite alimentos gordurosos e salgados. Tudo isso acompanhado de exercícios aeróbicos.

SOLUÇÕES PARA CADA ESTÁGIO:

Grau 1: é o tipo mais leve e só aparece quando apertamos a perna, por exemplo. Isso acontece quando as toxinas provenientes da má alimentação começam a se acumular no organismo. Mas calma! Se o tratamento for iniciado ainda nesse estágio é bem possível exterminar qualquer sinal



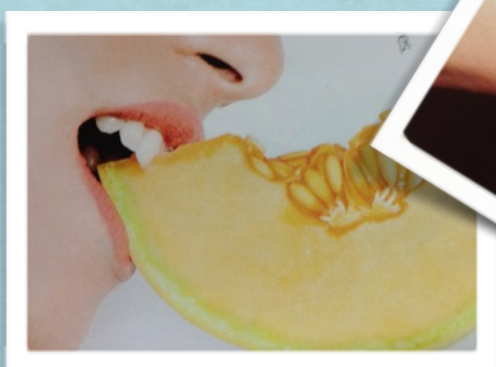
Nesse primeiro estágio é legal associar cremes que promovem a queima de gordura e ajudam a drenar as substâncias tóxicas do organismo.

Velashape

Combina quatro técnicas diferentes: manipulação mecânica, sucção a vácuo, radiofrequência bipolar e radiação de

infravermelho. Ocorre estímulo da circulação, eliminação de edemas e resíduos tóxicos, firmeza da pele por estímulo de colágeno e elastina.
12 Sessões recomendadas

continua na pág. 2



Creμες anti celulite

Eles são ótimas alternativas para quando os furinhos ainda se apresentam em estágio inicial, já que possuem ativos que promovem a queima de gordura e ajudam a drenar as substâncias tóxicas do organismo. Mas para que os resultados apareçam devem ser aplicados de forma adequada e por tempo mínimo de 3 meses!

Carboxiterapia e heccus

A combinação dessas duas técnicas minimiza o aspecto casca de laranja já que há uma queima de gordura e melhora do tônus da pele devido ao estímulo de colágeno. A carboxiterapia consiste na injeção intradérmica de gás carbônico por meio de uma pequena agulha que incentiva a circulação e aumenta a quebra de gordura. O efeito ultrassom do heccus trabalha em conjunto promovendo drenagem linfática e melhora do tônus!

Tripollar

Equipamento de radiofrequência que usa 3 polos para descarregar energia sobre o lugar escolhido. Sua aplicação diminui os depósitos de gordura e estimula o metabolismo e a produção de colágeno, deixando a pele lisa e suave! Média de doze sessões para se obter bons resultados.

Cuide bem da alimentação

De nada adianta fazer um programa incrível de atividade física e tratamentos estéticos se você não der uma mãozinha ao corpo na hora das refeições. Aproveite, então, que está empenhada nessa luta contra os furinhos e elimine do cardápio alguns alimentos que propiciam o aparecimento da celulite.

As opções gordurosas, as carnes vermelhas devem ser consumidas no máximo duas vezes na semana!

Evite todos os produtos industrializados cheios de sódio e ricos em carboidratos refinados e açúcares que favorecem a retenção de líquidos e o acúmulo de gordura no organismo.

Vale a pena consumir alimentos termogênicos, que aceleram a queima calórica, como gengibre, pimenta, água gelada e canela. Os diuréticos também ajudam, pois eliminam toxinas e líquidos retidos no organismo, a exemplo dos chás, melancia, melão, pera, abacaxi, cenoura, chuchu e beterraba!

Grau 2: textura da pele já possui aquela aparência acolchoada e com evidência dos furinhos



Celulite grau 3

Esse estágio é o mais avançado e muitas vezes os furinhos vêm acompanhados de flacidez acentuada; a circulação está tão comprometida que a pele ganha um aspecto almofadado estilo capitonê. Em alguns casos é até dolorida e o tratamento correto melhora em até 50 por cento a situação!

Nessa fase o ideal é associar técnicas como descolamento de fibroses através de uma cirurgia que rompe traves no subcutâneo; complementando com muitas sessões de radiofrequência onde velashape e Máximus são a tecnologia mais avançada do momento!

**Invista em alimentos
diuréticos e
termogênicos**



TECNOLOGIA HIGH- TECH

