

Allarme Occhiaie! Nascondile così...

scritto da fmadmin | Novembre 12, 2017



Occhiaie! tutte noi ne abbiamo sofferto e a tutte noi non manca mai il correttore dentro la pochette dei trucchi!

Ricordiamoci però che, se è vero che le occhiaie svelano le notti brave o le ore extra in ufficio a preparare quel progetto così importante... è anche vero che la presenza di segni scuri attorno agli occhi e di gonfiore potrebbe essere l'indicatore di alcune problematiche che il nostro organismo si ritrova ad affrontare, a nostra insaputa.

Vediamo insieme le possibili cause della presenza di occhiaie ed i relativi rimedi per contrastarle:

Cause delle occhiaie

1) Genetica

Predisposizione genetica, carnagione chiara, fisionomia del volto sono tutti fattori che possono portare ad una presenza

di occhiaie più evidenti nella zona orbicolare.

tendono ad apparire come aloni scuri sotto gli occhi, questo perché nella zona orbicolare ci sono più melanociti che producono più melanina contribuendo alla formazione di questi aloni conferendoci un aspetto più stanco anche se abbiamo riposato!

2) Assottigliamento della pelle

La pelle al di sotto degli occhi è molto sottile e delicata. L'aging, il trascorrere degli anni, un'esposizione eccessiva al sole tende a rendere la pelle di questa particolare zona sempre più sottile, rendendo visibili i vasi sanguigni e quindi ad evidenziare le genere di occhiaie si accentuano la sera piuttosto che la mattina

3) Allergie

La presenza di occhiaie può essere in taluni casi considerata un segno di allergia, soprattutto per coloro che soffrono di sensibilità a polvere, pollini e graminacee. Le occhiaie possono essere correlate anche ad allergie alimentari ed aggravate da prurito, bruciore agli occhi e necessità di strofinarli.

4) Ritenzione idrica e disidratazione

Quando il corpo non riesce ad espellere le tossine in eccesso, per evitare che gli organi si intossichino più del possibile, aumenta la produzione di liquidi per "diluirle". Questo accumulo i vasi sanguigni nella zona perioculare possono dilatarsi, avendo come conseguenza una presenza maggiormente evidente delle occhiaie. Inoltre la zona orbicolare è la zona riflessa collegata ai reni, quindi bere poca acqua affaticherà i reni e di conseguenza renderà le occhiaie più evidenti.

La presenza di occhiaie potrebbe inoltre essere dovuta a disidratazione, causata da una scarsa assunzione di acqua durante il giorno.

5) Insonnia

Le occhiaie possono anche essere causata da insonnia e scarso riposo, che possono rendere il colorito più pallido e i capillari al di sotto degli occhi più evidenti.

COSA POSSIAMO FARE PER MIGLIORARE LE OCCHIAIE?

1) Prodotti specifici

L'abbiamo detto, la zona intorno agli occhi è estremamente delicata e i normali prodotti adatti al resto del viso potrebbero risultare troppo aggressivi per questa parte in particolare.

Per questo è essenziale utilizzare un prodotto specifico che si prenda cura della pelle della zona orbicolare in maniera mirata e delicata, dando la possibilità di avere una pelle schiarita e con occhiaie meno evidenti.

>>> il consiglio Ego Estetica sul prodotto specifico per gli occhi lo trovi qui:

2) Equilibrio Alimentare e Antiossidanti

Se le occhiaie sono causate da fragilità capillare, potrebbe rappresentare un buon rimedio arricchire la propria alimentazione con alcuni cibi ricchi di antiossidanti, come more, mirtilli, prezzemolo, cipolle, legumi e melagrana.

In generale comunque un'alimentazione sana e varia è il primo passo per non affaticare il corpo e migliorare gli aloni scuri sotto gli occhi

**scopri il nostro programma
alimentare, in 9 giorni perdi**

centimetri, ti senti più energica e migliori l'aspetto del tuo viso! manda un sms al 3482935240 con la scritta "EGODETOX SI" e riceverai tutte le informazioni!

3) Bustine di tè'

Le bustine di tè, una volta fredde e dopo essere state ben strizzate, possono essere applicate al di sotto degli occhi in modo tale da attenuare il gonfiore ed i segni causati dalla stanchezza, così da rendere le occhiaie meno evidenti. Prolungate l'applicazione delle bustine per almeno un quarto d'ora durante un momento di relax.

4) Riposo

Se le occhiaie sono dovute a carenza di sonno, l'unico rimedio vero e proprio a cui ricorrere consiste nel cercare di dormire di più, ricordando come, secondo l'Ayurveda, sia importante addormentarsi non più tardi delle 11, poiché è nelle prime ore della notte che il nostro organismo si rigenera e si ricarica di energia, eliminando le scorie e favorendo la nascita di nuove cellule.

Seguendo questi piccoli consigli e con trattamenti mirati potrai avere degli occhi luminosi e adatti alla tua energia!