

Pelle affaticata? 5 mosse per vincere!

scritto da fmadmin | Marzo 21, 2016



Al **cambio di stagione** ci capita spesso di **sentirci stanchi**, non avere grinta, **desiderare quasi esclusivamente dormire**. Ne soffre non solo l'umore e il fisico in senso generale ma anche **la pelle**, che il passaggio alla primavera con i mutamenti climatici mette a dura prova, rendendola **spenta e grigiastra**. La nostra pelle appare in questo modo perché durante l'inverno il nostro organismo ha come priorità quella di mantenere il giusto calore corporeo e una delle attività più importanti è quella della vasocostrizione. I vasi tendono a restringersi in modo da non disperdere troppo calore e non incorrere nell'ipotermia. Questo naturale fattore di difesa ha però come contro quello di avere una **minor affluenza di sangue ai tessuti** e alle cellule che hanno quindi meno nutrimento e più tossine non smaltite.

Ed eccola lì, una **pelle affaticata, stanca, grigiastra**, spesso

con desquamazioni e antiestetici brufolotti.

Immaginate quindi di essere una macchina che in primavera deve ripartire ma ha il freno a mano tirato... la vostra pelle è esattamente così!

È quindi necessario **togliere il freno a mano** e dare la giusta dose di **carburante a noi e alla nostra pelle** per poter partire con energia e un aspetto luminoso, pronto per goderci la bella stagione!

Come fare? Sicuramente con uno **stile di vita sano**, bere **molta acqua** e non perdere **ore di sonno** perché è proprio nelle ore notturne la pelle si rigenera... ma è necessario un percorso che elimini le cellule morte e stimoli la produzione di nuove!

Pulizia superficiale della pelle, pulizia profonda, attivazione degli scambi osmotici, riattivazione del microcircolo, e un'azione **antiossidante** sono 5 trattamenti che trattano la pelle strato dopo strato dal più superficiale al più profondo per ridare alla cellula gli ingredienti necessari per la sua attività: proteine, energia, sali minerali, ossigeno e nutrimento.

Ma anche a livello fisiologico stimola la pelle a riprendere la sua naturale attività fino ad ora stanca e rallentata.

Questi **5 trattamenti** li abbiamo uniti insieme nel **percorso del "vitality" viso o corpo** che, come la cura ricostituente che ci dava la nonna al cambio di stagione, garantisce la giusta energia per cominciare bene la primavera