

Bezpieczne zabiegi wspomagające odchudzanie



Każda z nas marzy o zdrowym, jędrnym ciele i pięknej sylwetce. Gdy na horyzoncie pojawiają się zbędne kilogramy, szukamy sposobów na ich eliminację. Odpowiednią dietę i aktywność fizyczną warto uzupełnić profesjonalnymi zabiegami w salonach urody, które pomogą uniknąć efektów ubocznych odchudzania, takich jak obwisła skóra.

Odchudzanie to proces, który wymaga od nas pełnego zaangażowania. Nie wystarczy tylko ograniczenie słodczy, czy nawet rygorystyczna dieta. Odpowiednie odżywianie przynosi efekty dopiero w połączeniu z aktywnością fizyczną oraz profesjonalną pielęgnacją ciała. Dzięki połączeniu wszystkich tych elementów pozbywamy się zbędnych kilogramów, a jednocześnie zapewniamy sobie lepsze samopoczucie i świetny wygląd. Oto kilka propozycji zabiegów, które warto wybrać, aby zadbać o nienaganną kondycję i jędrność skóry.

Karboksyterapia

Podstawową zaletą tej metody jest jej szerokie zastosowanie. Z pomocą [karboksyterapii](#) możemy bowiem pozbyć się zbędnej tkanki tłuszczowej i cellulitu, usunąć niedoskonałości, takie jak rozstępy, blizny czy zmarszczki, a także poprawić ogólną kondycję skóry - między innymi poprzez zwiększenie produkcji elastyny i kolagenu. Zabieg polega na wstrzyknięciu kontrolowanej przez specjalistę dawki czystego dwutlenku węgla, który pobudza ciało do regeneracji.

Icoone

To kolejny uniwersalny zabieg, z pomocą którego możemy uzyskać cały szereg pozytywnych rezultatów. Pomaga w walce z cellulitem (również z tzw. "skórką pomarańczową"), poprawia krążenie krwi i limfy, a także usuwa z organizmu nadmiar wody oraz toksyny. Efektem działania podciśnienia i specjalnych rolek masujących jest znaczne polepszenie stanu skóry - wzmocnienie, wygładzenie i zwiększenie sprężystości. Warto również wiedzieć, że Icoone nie jest inwazyjny ani bolesny, a wręcz przeciwnie - przyjemny i odprężający.

Endermologia

Podobnie jak Icoone, endermologia jest całkowicie bezpieczna i bezbolesna, a co najważniejsze: nieinwazyjna, dzięki czemu nie wymaga rekonwalescencji. Powoduje uaktywnienie metabolizmu tkanki tłuszczowej, z którą nie radzą sobie ćwiczenia ani dieta, dlatego właśnie stanowi ich doskonałe uzupełnienie. Zabieg polega na podciśnieniowym masażu oddziałującym na tkankę łączną - zarówno w skórze, jak i pod nią. Pomaga skutecznie walczyć z cellulitem oraz oznakami starzenia się ciała: utratą jędrności czy pierwszymi zmarszczkami.

Liposhock

Swoje zastosowanie znajduje, gdy w walce z cellulitem (III i IV stopnia) niezbędne okazują się nieco silniejsze argumenty. Skuteczny w usuwaniu bardziej zaawansowanych zmian, jak zbite grudki cellulitu, guzki czy przerosty - także te bolesne podczas ucisku. Wykorzystanie tak zwanej "fali uderzeniowej" i ultradźwięków pozwala na rozbicie zwartych włókien i wyeliminowanie nadmiernej tkanki tłuszczowej, a także wytworzenie nowych naczyń krwionośnych. W efekcie Liposhock pozwala pozbyć się nierówności na ciele i zregenerować skórę. Wielu specjalistów poleca połączenie tego zabiegu z metodą Icoone lub endermologią.

Radiofrekwencja

Stosowana głównie w celu usunięcia oznak starzenia się skóry oraz zredukowania tkanki tłuszczowej. Opiera się na wykorzystaniu działania fal radiowych - najczęściej o częstotliwości 0,5 - 7MHz, które podnoszą temperaturę tkanek. Prowadzi to do poprawy napięcia istniejących już włókien kolagenowych, a także zwiększenia produkcji nowego kolagenu i elastyny. Radiofrekwencja powoduje także przyspieszenie metabolizmu skóry i pobudzenie krążenia. Efektem tych procesów jest odmłodzenie, ujędrnienie i wygładzenie ciała (także zminimalizowanie cellulitu).

Kriolipoliza

To w zasadzie nowość w medycynie estetycznej. Ale bez obaw! Działanie kriolipolizy zostało gruntownie przebadane przez naukowców. W przeciwieństwie do radiofrekwencji, gdzie efekty uzyskuje się poprzez zwiększenie temperatury tkanek, tutaj stosuje się ich schładzanie. Dzięki temu redukcji ulegają jedynie tkanki tłuszczu, podczas gdy pozostałe komórki pozostają bez szkody. Do zabiegu wykorzystywane jest specjalne urządzenie wyposażone w płytki chłodzące. Zimno nie wywołuje szczególnego dyskomfortu - niektóre osoby nie odczuwają go w ogóle. Ten zabieg jest polecany szczególnie na [ujędrnianie pośladków i ud](#).

Wybierając się na zabieg w salonie urody warto najpierw upewnić się, że powierzamy swoje dobre samopoczucie w ręce doświadczonego specjalisty. Do najlepszych salonów z łatwością umówimy się za pośrednictwem [Moment.pl](#) - wyjątkowej platformy umożliwiającej szybką rezerwację wizyt online, dostępnej także w formie intuicyjnej aplikacji. Znajdziemy tam szczegółowe informacje na temat salonów i ich oferty, a także wiarygodne opinie osób, które już wcześniej skorzystały z usług danej placówki.