

TENDENCIAS

Elimina la celulitis y renueva tu piel con esta crema natural y casera

El Ciudadano · 17 de noviembre de 2016





El café no solo sirve para mantenerse despierto, ya que también puede ser un gran aliado en ciertos rituales de belleza.

Crema anticelulítica de café

La cafeína presente en el café **mejora la circulación sanguínea y facilita la eliminación de toxinas** en la piel. Para aprovecharte de sus beneficios, aplícala del siguiente modo.

Ingredientes:

- 1/4 de taza de café usado
- 3/4 de taza de aceite de oliva (170 g)
- 1 taza y media de azúcar (300 g)

Instrucciones:

Mezcla los ingredientes en un recipiente limpio, hasta obtener una pasta espesa y pegajosa. Después, aplica la crema sobre las zonas a tratar realizando **un masaje circular de dos minutos** en cada área. Deja actuar la mezcla 10 minutos para que la cafeína se absorba a través de la piel y actúe. Después limpia las zonas con agua caliente, seca e hidrata. Termina pellizcando levemente la zona para activar la circulación. Realiza este ritual **3 veces por semana**. Además de para reducir la celulitis, este remedio te servirá para **exfoliar la piel muerta**. Notarás tu piel más suave e hidratada y que, poco a poco, la celulitis irá desapareciendo, vislumbrando los primeros resultados en 6 u 8 semanas. Recuerda que para lograr un mejor resultado deberás combinar el tratamiento con una **alimentación saludable y ejercicio físico**.

Fuente: **La voz del muro**

Fuente: **El Ciudadano**