**Обертывание тела в домашних условиях**

Обертывание в сочетании с ароматерапией

Для уменьшения жировых складок ароматические ванны можно применять совместно с ароматическими обертываниями. Применять можно различные масла, глины и продукты пчеловодства. Ниже несколько вариантов обертываний для коррекции веса, совмещенных с ароматерапией.

Для повышения эффекта и гарантированного снижения веса процедуры проводят после принятия ванн с различными ароматическими добавками. На требующие внимания места наносят приготовленную смесь. Обычно это ягодицы, бедра и живот. Затем укрываем плёнкой нанесенную смесь и в течение 1-2 часов лежим и отдыхаем. Наибольшую результативность можно получить через 2 месяца при сочетании с ароматерапией двух-трех обертываний еженедельно.

Обертывание с применением вина

Многим известно, что в хорошем вине содержатся замедляющие старение вещества – антиоксиданты. Поэтому сейчас этот вид обертываний часто используется.

Для обертывания с вином применяют виноградную мезгу и винные дрожжи в виде кремообразной смеси и материал под названием Caudalie. Так как в такой смеси содержатся вещества препятствующие удалению влаги, то эффектом от применения станет снижение количества растяжек. При применении смесей с красным виноградом возможно улучшение иммунитета. В состав смесей с вином можно добавлять мед и различное эфирное масло.

Обертывание с шоколадом

Один из самых популярных и интересных процессов, который позволяет получить не только омолаживающий эффект, но и оказывает значительное положительное воздействие на целлюлит. Обертывание шоколадом позволяет бороться даже с депрессией.

Объясняется популярность этих процедур наличием в шоколаде полезных для тела составляющих:

1.Снижению жировых клеток и ускорению обмена веществ помогает кофеин

2.На кровообращение и сосуды положительное действие оказывают какао-бобы

3.Кожа значительно замедляет старение благодаря защите клеток антиоксидантами, свободные радикалы больше в них не проникают

4.Омолаживающий эффект и замечательно подтянутый, чуть увлажнённый вид кожа получает благодаря маслу-какао

5. Микроэлементы – натрий, магний, кальций, железо, а также витамины – А, РР,В2 и другие

Омолаживающее воздействие и защиту от свободных радикалов даёт обёртывание при использовании горького шоколада с какао-бобами в твёрдом виде. Только такой шоколад содержит полифенолы в необходимом количестве для предотвращения старения кожи.

Обертывание с медом

По праву обертывание с медом считается самым действенным среди всех подобных процедур. Настоящий мед просто кладезь минералов, антиоксидантов, ферментов, витаминов, аминокислот и прочих невероятно полезных веществ. Благодаря своим природным свойствам он в значительных количествах используется и в косметологии.

Являясь веществом биологически активным, мед без помех поступает внутрь тканей, способствует заживлению ран, положительно воздействует на процессы регенерации и обмена веществ. Хорошо и без остатка впитываясь в кожу, мед омолаживает ее, улучшает свойства и внешний вид, способствует повышению иммунитета и защищает организм от негативных воздействий окружающей среды.

Обертывание против целлюлита

Этот вид обёртывания является одним из самых распространенных в косметических салонах. Вид ног и ягодиц с кожей, похожей на кожуру известного тропического фрукта, многих женщин сводит с ума. Поэтому-то так полюбилась процедура для устранения «апельсиновой корки» и правки фигуры. Тем более, что для снижения веса и улучшения внешнего вида не надо прикладывать огромных усилий. Ведь так тяжело убрать лишние килограммы при помощи физических упражнений. Но, оказывается, скорректировать фигуру, улучшить общее состояние организма и избавиться от целлюлита можно отдыхая, достаточно только нанести особый состав и укрыться плёнкой. Данный вид обертываний получил самые высокие оценки благодарных женщин. Те из них, кто применял эти обертывания в течение длительного времени, отмечают несомненный их антицеллюлитный эффект.

Обертывание водорослями

Талассотерапия – процедура, ставшая знакомой большинству женщин, заботящихся о своём внешнем виде. Один из видов талассотерапии обертывание водорослями или по другому – альгинатное обертывание. Сначала на требующие внимания участки тела наносится горячие или холодные составы с различными водорослями. Применяют в основном ламинарию, спирулину, фукус и литотамниум. В результате процедур можно получить обогащение кожи витаминами и минералами, повысить её упругость,

улучшить тонус. Заметно станет меньше целлюлита и жировых складок, уйдут отеки и усилится кровообращение. Раздражительность и стрессовое состояние будут беспокоить гораздо реже, а вскоре и вовсе от них не останется и следа.

