**Домашние обертывания для тела**

    Водорослевое обертывание

Водорослевое (альгинатное) обертывание – процедура талассотерапии, состоящая в нанесении на отдельные проблемные зоны или тело биомассы из морских водорослей. Водорослевые обертывания могут быть холодными и горячими. Водорослевые обертывания тонизируют сосуды и кожу, снимают усталость и стресс, минерализуют и витаминизируют кожу, усиливают кровоток и выводят токсины, борются с целлюлитом и дряблостью тканей, избавляют от отеков и жировых отложений. В состав водорослевых обертываний входят различные виды морских водорослей: фукус, ламинария, литотамниум, спирулина.

    Антицеллюлитное обертывание

Антицеллюлитное обертывание является одной из самых не только распространенных, но и полюбившихся большинству женщин процедур из всех остальных, которые предлагаются косметическими салонами, чтобы избавиться от пренеприятного «апельсинового» состояния кожи и, разумеется, для коррекции фигуры.  Ведь ни для кого не секрет, что практически все мы довольно трудны на подъем, чтобы приложить какие-либо усилия для совершенствования своей внешности. А таким способом, который предлагает избавиться от извечного женского врага – целлюлита, и улучшить контуры нашего тела всего за несколько процедур, и, заметьте, при этом без каких-либо усилий с нашей стороны являются антицеллюлитные обертывания: отзывы женщин, уже давно применяющих их, самые позитивные и подтверждающие, что нет ничего лучше таких обертываний против целлюлита.

    Медовое обертывание

Медовое обертывание считается самым мощным из всех обертываний по своему воздействию.  Это, прежде всего, обусловлено его природными свойствами. На сегодняшний день этот натуральный продукт широко применяется в косметологии, поскольку мёд содержит в себе витамины группы K, B, A, C, H, E,  а также антиоксиданты, минералы, энзимы, ферменты, аминокислоты и другие полезные для человека вещества.

Мёд -  биологически активное вещество, поэтому полностью и быстро впитывается в кожу, а затем проникает без труда в глубокие ткани организма, способствуя регенерации поврежденных участков, стимулируя кровообращение и обменные процессы, нормализуя питание кожных покровов и усиливая иммунитет к воздействиям микроорганизмов и прочих факторов окружающей среды. Следствием повышения потенциала клеток, которые ответственны за местный иммунитет, является  омоложение кожи.

    Шоколадное обертывание

Шоколадное обертывание – незаменимая составляющая омолаживающей терапии или отдельная и просто приятная процедура, позволяющая бороться не только с целлюлитом, но и с депрессией.

В качестве состава для обертывания шоколад выбран не зря. Он очень богат на элементы, полезные для кожи:

1.Какао-бобы - способствуют расширению сосудов и улучшению кровообращения

2.Масло-какао - обладает косметическим эффектом. Оно увлажняет кожу, омолаживает, придает ей блеск и гладкость

3.Кофеин - ускоряет обмен веществ и активизирует распад жировых клеток

4.Витамины и микроэлементы, такие, как железо, натрий, кальций, магний, провитамин А, витамины В1, В2, РР и т.д.

5.Антиоксиданты - защищают клетки от свободных радикалов, вызывающих преждевременное старение кожи

В обертывании шоколадом используется горький шоколад с содержанием твердой фракции какао-бобов. Именно в твердой фракции содержится много полифенолов, которые блокируют свободные радикалы, т.е. обладают омолаживающим действием.

    Винное обертывание для тела

Сегодня винное обертывание часто включается в программы омоложения, так как в вине содержатся антиоксиданты, замедляющие процесс старения.

В салонах для винного обертывания используют средства Caudalie или кремообразную мягкую массу, состоящую из виноградной мезги и натуральных винных дрожжей. Иногда добавляют эфирные масла или мед. Обертывание из белого винограда помогает бороться с растяжками. Алатонин и хитозан, которые содержаться в нем, удерживают влагу. Повышению иммунитета способствуют обертывания на основе косточек и мякоти красного винограда.

    Обретывание для тела с элементами ароматерапии

С целью снижения веса наряду с ароматическими ваннами так же применяют и ароматические обертывания. Для обертываний с эфирными маслами можно использовать глину, мед или масло. Вот несколько рецептов ароматических обертывания для похудения.

Для более эффективного похудения обертывания следует проводить после ароматической ванны. Готовую смесь для обертывания нанесите на проблемные места (живот, ягодицы, бедра). Сверху обмотайте тело пленкой. Наденьте тёплый халат.  Продолжительность процедуры 1 -2 часа. Для того, чтобы увидеть результат похудения от предложенных рецептов ароматерапии следует проводить обертывания 2 -3 раза в неделю на протяжении 1-2 месяцев.