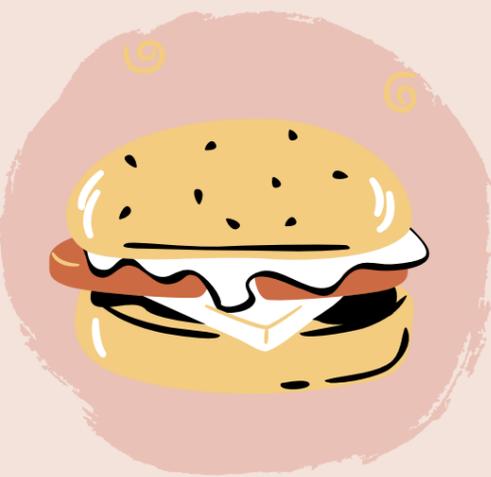


10 CONSEJOS PARA DECIR ADIÓS A LA CELULITIS



Evita los alimentos grasos



Bebe 2 litros de agua al día



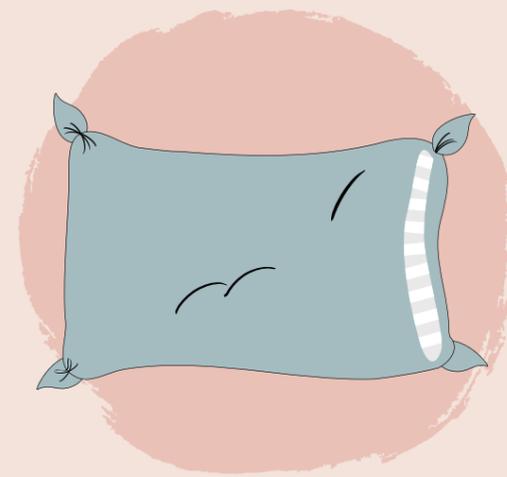
Come alimentos con fibra y toma muchas verduras



Haz ejercicio: bailar, caminar, ir en bicicleta



infusiones depurativas para eliminar líquidos y toxinas



Piernas algo elevadas para favorecer el retorno venoso



Reduce el consumo de alcohol



Reduce el consumo de tabaco



Ayúdate con tratamientos estéticos adecuados



Déjate aconsejar por un médico estético