# Smettere Di Fumare Toglie La Cellulite


STAI PENSANDO
DI SMETTERE DI FUMARE?
QUESTO È IL PRIMO PASSO NELLA GIUSTA DIREZIONE!

Non importa da quanto tempo fumi, o quanto fumi. Ogni momento è buono per cambiare la tua vita. **Basta solo un pó di forza di volontà e Nicorix, per sentirsi liberi.** Sconfiggere il vizio non solo ti darà una sensazione di libertà, ma anche concreti benefici!

Il fumo da tanto tempo non và piú di moda, la riduzione dei fumatori confermano le statistiche. **Ognuna di queste persone ha una propria storia nella quale ha avuto successo.** Alcuni volevano migliorare la salute, certi volevano avere più soldi nel portafoglio, e gli altri migliorare il proprio aspetto. Adesso anche tu puoi unirti a questo gruppo – gruppo di persone, che hanno realizzato i propri sogni e hanno raggiunto lo scopo!

**→ Guarda di più ←**
**→ Guarda di più ←**
**→ Guarda di più ←**

## Smettere di fumare aiuta ad eliminare la cellulite

Smettere di fumare aiuta ad eliminare la cellulite? Ci sono moltissimi prodotti in commercio per ridurre ed eliminare la cellulite, ma i benefici non sono obiettivi e costanti. Spesso ci si

- cattive abitudini come l'assunzione di alcoli, il fumo
- una cattiva alimentazione, con eccesso di cibi grassi e salati
- sedentarietà
- fattori genetici
- patologie circolatorie
- patologie cardiovascolari
- stress

## Fumo e cellulite

Trattamenti cellulite: <br />Fin dalla sua ascesa nella società occidentale, sono stati creati interi settori industriali che hanno come obiettivo limitare o eliminare la cellulite.<br />Purtroppo per molte persone, il più grande fattore di rischio per la cellulite può essere dato dalle proprie abitudini. Il fumo è stato collegato in diversi studi ad un aumento di quantità di cellulite. Oltre alle altre condizioni mediche gravi causate dal fumo, questo limita il flusso di sangue. Quando tutti questi fattori sono combinati,  l'aumento della cellulite risulta più probabile. <h3><br />Fumo e cellulite sono connessi tra loro?</h3> Sì e no. Gli scienziati non hanno individuato una singola <a href="/procedure/Cellulite-Cause-5.html">causa della cellulite</a>. <br />Invece, una vasta gamma di fattori sono citati come cause della cellulite. Ciò che i ricercatori sanno è che la cellulite sembra apparire solo nei paesi del primo mondo. La combinazione di diete ad alto contenuto calorico, ambienti di lavoro e stili di vita sedentari nocivi sembra aver portato a più alti tassi di cellulite. <br />Quando si tratta di fumo, gli studi hanno notato una maggiore incidenza di cellulite tra i fumatori rispetto ai non fumatori. <br /><br />Ciò si verifica perché il fumo contiene un mix tossico di sostanze chimiche che limitano la capacità del corpo di produrre collagene e acido ialuronico. Nella pelle, il collagene è una delle principali proteine strutturali. <br />Normalmente, il collagene diminuisce con l’avanzare dell’età. Questo processo, combinato con il fumo viene accelerato. Si inizia ad abbattere collagene e limitare la produzione di acido ialuronico. <br />Poiché l'acido ialuronico è richiesto dalle cellule per trattenere l'umidità, la mancanza di esso può causare una disidratazione della pelle. <br />Nel corso del tempo, questo renderà la pelle meno elastica. <h3> <br />Che ruolo gioca il fumo nel causare la cellulite? </h3> E ' noto che il fumo è male per te; questo è qualcosa che è stato inculcato nella nostra testa da quando siamo in grado di ricordare. Siamo a conoscenza di tutti i rischi che il fumo comporta, dalla possibilità di cancro, al  modo in cui colpisce la pelle. <br />Il fumo di sigaretta influenza il corpo in molti modi diversi, ma è particolarmente dannoso per le vene e i capillari. La nicotina nelle sigarette restringe i vasi sanguigni e riduce il flusso di ossigeno alla pelle e questo riduce notevolmente la capacità della pelle di ripararsi. <br />Il fumo di sigaretta contiene anche molte sostanze chimiche tossiche che danneggiano il tessuto connettivo della pelle e provocano l'effetto fossette che rende l'aspetto della cellulite peggiore. Gran parte delle donne fumatrici si domandano quale relazione ci sia tra fumo e cellulite. <br />La risposta è che non conduce certamente alla cellulite, ma ne aumenta la sua visibilità.<br />Il fumo, dunque, porta a casi più evidenti e frequenti di cellulite, questo perché causando un invecchiamento precoce della pelle, va ad eliminare la capacità di essa di trattenere l’umidità e quindi quei fattori che permettono di nascondere il grasso che si trova sotto la superficie ed evitare  la formazione della cellulite. Questo problema è aggravato dal fatto che il fumo danneggia i vasi sanguigni e impedisce la capacità del sistema circolatorio di funzionare. Quando viene aggiunto il fattore fumo, si sviluppa una cattiva circolazione del sangue. Questo indebolisce la capacità del corpo di  trasportare sostanze nutrienti e può portare, infine, ad una ritenzione di liquidi. Per questi motivi, i fumatori potranno trovare maggiori difficoltà a liberarsi della cellulite. <h3> <br />Cosa dicono gli esperti sul fumo e la cellulite?</h3> In sostanza, gli esperti non dicono che il fumo provoca la cellulite. Questo problema è stato creato da una vasta gamma di fattori e individuare una sola ragione è impossibile. <a href="/medici">Medici</a> e ricercatori fanno sapere gli effetti nocivi che il fumo provoca nel corpo. Sono inoltre estremamente consapevoli di come questi effetti possono portare all’ indebolimento dei tessuti, della pelle e della circolazione sanguigna. <br /><br />Poiché la maggior parte delle teorie circa la cellulite credono che la pelle danneggiata, grasso e scarsa circolazione siano le cause, questo significa che il fumo può causare la cellulite. Inoltre, per alcune persone, il danno può diventare irreversibile. <br />Il modo migliore per iniziare il trattamento della cellulite è quello di smettere di fumare. <br /><br /><br />Leggi anche: <a href="/blog/articolo/Coppettazione-cellulite-116.html">Coppettazione cellulite</a>

E ' noto che **il fumo è male per te** ; questo è qualcosa che è stato inculcato nella nostra testa da quando siamo in grado di ricordare. Siamo a conoscenza di tutti i rischi che il fumo comporta, dalla possibilità di cancro, al modo in cui colpisce la pelle.

Il fumo di sigaretta influenza il corpo in molti modi diversi, ma è particolarmente **dannoso per le vene e i capillari**. La nicotina nelle sigarette restringe i vasi sanguigni e **riduce il flusso di ossigeno alla pelle** e questo riduce notevolmente la capacità della pelle di ripararsi.

Il fumo di sigaretta contiene anche molte sostanze chimiche tossiche che danneggiano il tessuto connettivo della pelle e provocano l'effetto fossette che rende l'aspetto della cellulite peggiore.

## Cellulite dimezzata

senza cremine o trattamenti e senza spendere nemmeno una lira...anzi! Ho semplicemente...smesso di fumare...
Anch'io
ho smesso di fumare da pochissimo.
Sono 3 mesi ma x il momento resisto.

## Fumo e bellezza

L'argomento non è poi tanto fuori tema! Io fumo da quando avevo 13 anni ovvero da 30 anni, ma fortunatamente...
Io consiglierei di dimezzare le sigarette, arrivare a fumarne tre o quattro al giorno, ecco!

## X chi ha smesso di fumare: benefici sulla bellezza

Ragazze è da sabato che non fumo, inutile negarlo sto un po' sclerando :FOU: e mi faccio forza pensando a...
Non ti puzzano più le dita. .e puoi accarezzare un bambino senza che ti annusi stranito

## Cellulite: addio

Ragazze, sono troppo contenta e devo assolutamente rendervi partecipi della cosa...Ho sempre avuto abitudini...
Poi mi guardo allo specchio: il sedere quadrato dell'estate scorsa non c'è più, e la pelle comincia a lisciarsi.
Stanca si, ma felice.

## Ma avete tutte la cellulite

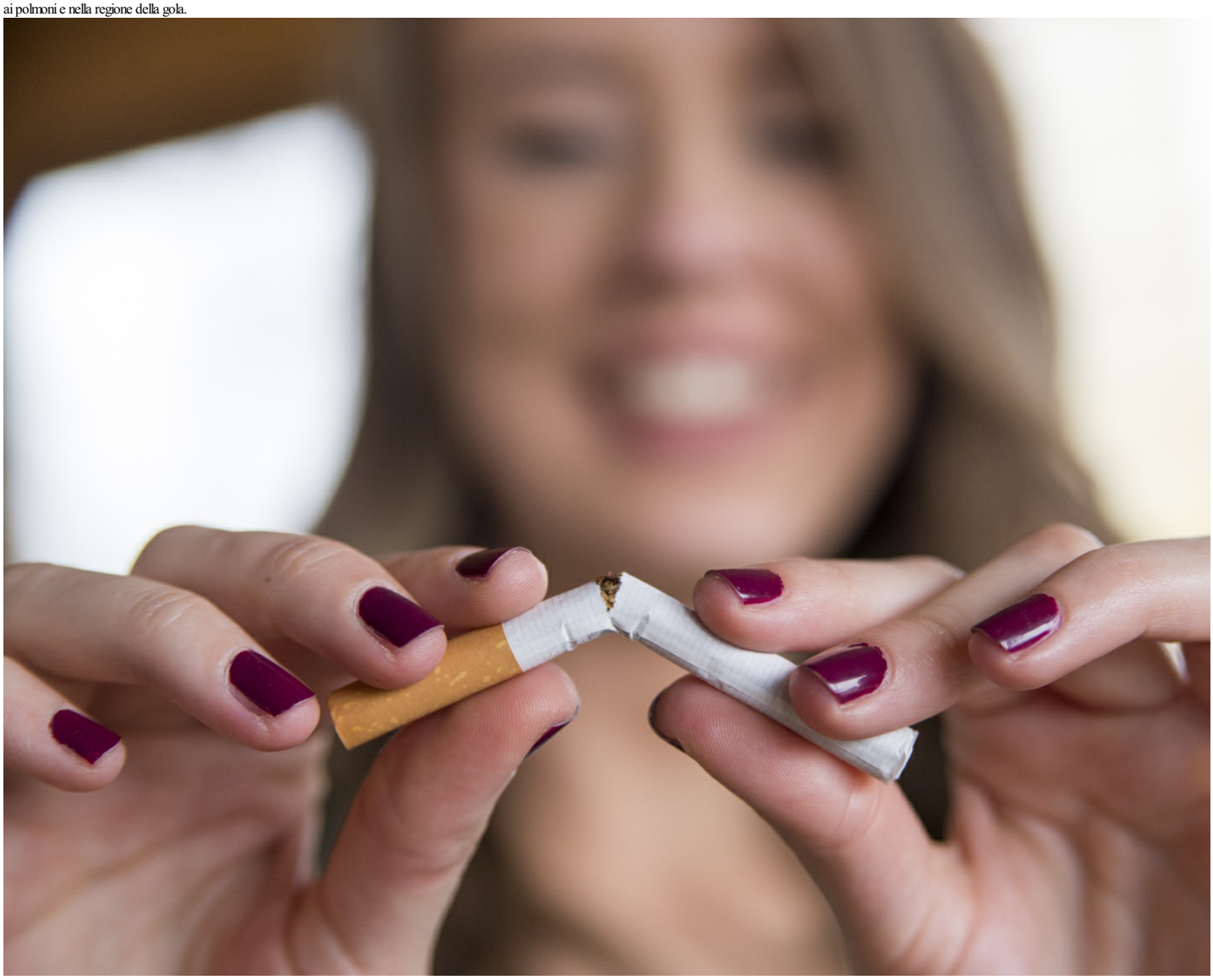
voglio dire c'è qualcuna di voi che nn ne ha o conosce qualcuno che non ne ha? se si...potete dirmi l'eta...
Cellulite..
Io ne ho,non tanta,ma ce l'ho. Buccia d'arancia sul sedere e sulle cosce,ma solo nella parte dietro. Mia madre non ne ha. La colpa,nel mio caso è da attribuire a :
1) Vita troppo sedentaria
2)Pillola
3) Alimentazione (sale e formaggi a gogo,inoltre bevo poca acqua)
Povera me. vabè su,non è un p di cellulite che ci cambia la vita!

## La maledetta cellulite - Salute e benessere Forum

Voi come la combattete,se la combattete? Avete trovato creme efficaci? E' vero che bere i famosi 2 litri di acqua al giorno aiuta a combatterla? Raccontateci tutti i trucchi contro questo flagello dell'umanita' femminile! :-)
Le creme che ho usato non sono state efficaci, il somatoline non l'ho mai provato, mi sono sempre rifiutata perchè può dare i problemi che sono stati già citati.

## Smettere di fumare

Smettere di fumare non è facile, vediamo insieme i principali danni causati dal fumo, i benefici per chi smette di fumare e alcuni consigli per farlo.
Il fumo incide gravemente sulla salute personale dell'individuo, abbassando considerevolmente le sue aspettative di vita. Inoltre, nei fumatori, è notevolmente accresciuto il rischio di sviluppare il **cancro**, principalmente sviluppando tumori ai polmoni e nella regione della gola.



## Canalis: ecco come ho smesso di fumare

La showgirl si confessa nel mensile in edicola: ho usato la forza di volonta, la mia pelle и ringiovanita. Ho iniziato a 15 anni nel bagno del liceo,...
**Sono tornata al peso forma nel giro di due mesi**
E il tanto famigerato ingrassamento? Beh, avrт preso quattro o cinque chili, che ho buttato giщ in un paio di mesi con lo sport. Ho incrementato i miei allenamenti in palestra: sono piena di energia, dovrт pur sfogarla in qualche modo. E ho seguito la dieta mediterranea, in versione ipocalorica. Non mi piacciono i regimi fai da te, li ritengo squilibrati e pericolosi. Per una buona forchetta come me, l'unico modo per rimanere in forma и mangiare bene e regolarmente. Molti sostengono che dire stop al fumo sia il modo migliore per prendere peso. A mio avviso questo и uno dei motivi per cui la maggior parte delle donne non prova nemmeno a smettere. In realta, non bisogna temere la bilancia: quella che arriva и nella maggior parte dei casi ciccia passeggera. Dire che non mi и piщ tornata la voglia di un tiro sarebbe ipocrita. Specie dopo i pasti, quando il richiamo della sigaretta и molto forte, sono tentata. Ma resisto. A volte, guardandomi allo specchio, mi capita di chiedermi come sarebbero oggi la mia faccia e la mia pelle se quel giorno nei bagni della scuola non avessi iniziato.