

Dècollète perfetto, come ottenerlo usando rimedi naturali

Autore: Danila

Data: 07 Agosto 2014

Il chirurgo plastico va decisamente di moda, e molte donne ricorrono al bisturi con troppa leggerezza, ma chi lo dice che per avere un bel décolleté bisogna necessariamente sdraiarsi sul lettino di una sala operatoria? L'uso di prodotti ad hoc, le buone abitudini, un corretto di stile di vita e anche della **ginnastica mirata**, possono sicuramente aiutarci a mantenere il vostro **seno bello, sodo e tonico**.

Tutta la **zona del seno** senza dubbio è molto delicata e aumenti e diminuzioni di peso repentini, movimenti bruschi senza il giusto sostegno, e stress dovuto a lunghe docce con acqua molto calda, possono chiaramente causare la **perdita di elasticità**, che nel caso del seno comporta anche una **perdita di tonicità**. Il vostro seno non è più quello di una volta? Non telefonate al chirurgo, provate a seguire le nostre dritte e pian piano noterete sicuramente dei miglioramenti.

I rimedi fai da te per il seno

Partiamo dai **classici rimedi della nonna**, trattamenti fai date a basso costo, efficaci come le costose creme che trovate in profumeria. Gli impacchi sono un ottimo sistema per rassodare e tonificare il seno, basta preparare un infuso con 30 g di serpolino, 20 g di rosmarino e 30 g di timo, tutta roba che potete reperire in qualunque erboristeria. Filtrate l'infuso, lasciatelo raffreddare e poi applicatelo sul seno lasciandolo in posa almeno 15 minuti.

La sera, per **idratare e massaggiare il seno**, con movimenti circolari che vanno dall'esterno all'interno, potete utilizzare il comunissimo olio di argan o quello di jojoba. In alternativa potete utilizzare una vera e propria maschera all'olio da preparare mescolando 3 cucchiaini di olio d'oliva e 1 tuorlo d'uovo. Mescolate fino a quando il composto non avrà una consistenza cremosa, applicato sul seno e tenetelo in posa 30 minuti.

L'ultima ricetta è un tonico rivitalizzante che va preparato mescolando due cucchiaini di rum e 2 di succo di limone.

La ginnastica per tonificare il seno

Anche l'attività fisica è fondamentale per mantenere sodi ed elastici i tessuti, e per buona abitudine dovrete fare un po' di ginnastica, anche blanda ma andrebbe fatta. Gli esercizi specifici per rassodare e mantenere in forma il vostro décolleté li trovate in questi due approfondimenti:

[I migliori esercizi per rassodare il seno](#)

[Rassodare il seno, esercizi per tonificare](#)

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/bellezza/decollete-perfetto-come-ottenerlo-usando-rimedi-naturali/>

Generato il 30/04/2025