



Cellulite : les solutions en esthétique et en cosmétique

# La crème anti-cellulite est-elle efficace contre les capitons ?

Utiliser une crème minceur pour venir à bout de sa peau d'orange est une solution à ne pas négliger. Le tout est de bien appliquer le produit et de bien choisir ses actifs. La caféine est formulée de façon à agir plus vite. A ses côtés, des extraits d'algues, des actifs draineurs et tonifiants. Le point sur les crèmes anticellulite efficaces avec le Dr Ana Beatris Rossi, dermatologue.

PUBLICITÉ



1. **COMMENT PERDRE DU VENTRE RAPIDEMENT** >
2. **PERDRE LA GRAISSE DU VENTRE VITE** >
3. **BOISSONS POUR PERDRE DU POIDS** >
4. **PERTE DE POIDS RAPIDE** >



© milanvirijevic

- 5. **PLANTES QUI FONT MAIGRIR** >
- 6. **LE MEILLEUR BRÛLEUR DE GRAISSES DU VENTRE** >
- 7. **ASTUCES POUR MAIGRIR** >
- 8. **BRÛLEURS DE GRAISSE PUISSANTS** >

Sponsorisé | Business Infoline

## Les plus consultés



### CONSEILS POUR MAIGRIR

10 aliments rassasiants qui ne font pas grossir



### PERDRE DU VENTRE

Régime : 15 conseils pour perdre du ventre rapidement



### CHIRURGIE ESTHÉTIQUE

Tout savoir sur la liposuccion (ou lipoaspiration)



### PERDRE DU VENTRE

Spécial hommes : retrouver un ventre plat en deux

## Sommaire

- [Comment faire disparaître la cellulite ?](#)
- [Quel est le produit anti-capiton le plus efficace pour la cellulite ?](#)
- [Est-ce que les crèmes anti-cellulite fonctionnent ? Quelle crème utiliser ?](#)
- [La meilleure façon d'utiliser sa crème anti-cellulite](#)
- [En complément : l'aquabiking pour se tonifier dans l'eau](#)



La cellulite est un **amas graisseux logé sous l'épiderme et localisé le plus souvent sur les fesses, les hanches, les cuisses ou les bras**. Elle donne à la peau cette apparence "bosselée" pouvant être à l'origine d'une gêne ou d'un **complexe physique**. Elle touche plus généralement les femmes que les hommes.



**Après 57 ans, la liste des 6 aliments à bannir de votre assiette pour vos articulations.**



## Comment faire disparaître la cellulite ?

Pour faire disparaître ce qu'on appelle sa "peau d'orange", ou en tout cas pour la diminuer ou éviter l'apparition ou l'aggravation des capitons, on se concentre généralement sur trois axes :

- Une **alimentation saine** (un régime alimentaire **gras et sucré** favorise l'apparition de la cellulite) pouvant être couplé à de la **phytothérapie** ou un **programme alimentaire anti-cellulite ciblé sur deux semaines** ;
- **Des massages** (drainage lymphatique, palper-rouler) ou **appareils de massage** (Cellu M6, etc.) ;
- Une **activité physique régulière**, généralement des séances de sport qui combinent la gym pour muscler et "remodeler" les zones sujettes à la cellulite (fesses, hanches, cuisses) et le cardio-training pour "déloger" les graisses. D'autres sports comme les sports aquatiques, le vélo ou la corde à sauter sont également adaptés.



un ventre plat en deux semaines



**ADDICTION AU TABAC**

Arrêter de fumer sans grossir : 5 pièges à déjouer

## Contenus sponsorisés



Publicité

Pompe à chaleur : Cette nouvelle loi en 2022 qui profite aux propriétaires

[Chrono devis - Le guide des économies](#)



Les aliments à éviter en cas d'eczéma de l'enfant

[SanteMagazine](#)