

Sani frumosi fara bisturiu!

Articol de: anca axenia

Dintotdeauna, chiar daca dimensiunile au variat de la “mici si feciorelnici” la “mari, cat mai mari”, sanii au reprezentat mereu o arma de seductie in fata careia barbatii au rezistat cu greu tentatiei. Fie ca e vorba de imaginea pe care vrem sa o lasam in ochii celorlalti sau despre placerea de a ne admira incantate in oglinda, noi femeile nu putem sa trecem cu vederea un “amanunt” atat de important pentru aspectul nostru exterior. Din acelasi motiv tertipurile care sa ne puna in valoare aceasta parte a corpului au fost utilizate si reutilizate pana cand look-ul a devenit asa cum l-am visat.

Decolteurile, sutienele push-up sau “pernutele” care sa dea impresia de “mai mult” nu mai reprezinta de mult un secret pentru nimeni. Totusi, intai de toate poate ce e cu adevarat important este sa invatam sa mentinem fermitatea si aspectul sanatos al sanilor dincolo de toate metodele artificiale.

Sani frumosi fara bisturiu! Asadar, odata ce am trecut de adolescenta sanii incep sa sufere modificari normale, aparand momentul in care putem vedea evolutia estetica a bustului nostru. In fond, urmand o structura genetica, sanii isi schimba tonusul si elasticitatea indiferent de marimea lor. Si, daca tot nu putem interveni prin mijloace naturale in problema micsorarii sau maririi sanilor, cel putin putem avea grija ca ei sa isi pastreze vitalitatea.

De aceea e de preferat sa evitati baile in apa fierbinte (apa rece este o adevarata minune pentru imbunatatirea circulatiei sangvine de la nivelul bustului) sau expunerea indelungata la soare. De altfel, fluctuatiile majore de greutate pot lasa urme vizibile – nedoritele vergeturi – pe sani si deci, o constanta a numarului de kilograme poate ocoli aparitia micilor probleme. Mai mult sutienele trebuie alese si ele cu grija, pentru ca o dimensiune nepotrivita care ori nu sustine corect sanul ori il strange, sufocandu-l intre “balenele” incomode, poate duce la pierderea tonusului muschilor care pastreaza o forma apetisanta..

Cum putem intretine aspectul sanatos al sanilor?

Daca nu ai timp sa treci pe la saloanele de infrumusetare te poti descurca de minune si acasa daca tii cont de sfaturile legate de beneficiile jeturilor de apa rece asupra sanilor si daca cremele de intretinere a fermitatii bustului nu-ti sunt straine. In schimb, daca timpul liber iti permite poti apela la scurte sedinte de electrostimulare sau impachetari cu parargil sau poti trece pe la sala de fitness unde, sub atenta supraveghere a antrenorilor iti poti tonifica musculatura cu ajutorul exercitiilor special concepute pentru zona vizata.

In concluzie, niste sani frumosi nu implica neaparat si o cupa la sutien cat mai mare. Trebuie doar sa avem grija de aspectul si sanatatea lor, sa fim multumite indiferent daca natura a fost sau nu generoasa cu noi si problema complexelor legate de acest amanunt va fi ca si rezolvata!

serviciu oferit de [GWP Entertainment](#)

