

# Cum sa ai picioare frumoase

Articol de: anca axenia

Pentru o femeie picioarele sunt o parte a corpului foarte importanta si de aceea ele necesita o atentie desavarsita. Picioarele frumoase te pot face sa fii in centrul atentiei atunci cand mergi la plaja, la piscina sau la o petrecere si porti o fusta mini.

Picioarele frumoase nu inseamna neaparat ca ele trebuie sa fie lungi si drepte. Si tu poti avea picioare de invidiat daca te ocupi indeaproape de ingrijirea lor.

## Epilarea

In primul rand, picioarele unei femei trebuie sa fie intotdeauna epilate. Din acest punct de vedere nu te poti plange caci exista foarte multe metode prin care poti rezolva aceasta problema:

# Ceara: este o metoda care indeparteaza toate firele de par smulgandu-le din radacina. Din acest motiv, parul creste mult mai greu asa ca nu va trebui sa te epilezi foarte des. Nu folosi ceara epilatoare daca ai rani sau cicatrici pe picioare;

# Epilatorul electric: Este comod deoarece il poti folosi in intimitatea propriei case. Poate fi o metoda dureroasa atunci cand o folosesti pentru prima data, insa ca si ceara, epilatorul smulge parul din radacina facandu-l sa creasca mai greu si mai rar;

# Laserul: O metoda ceva mai costisitoare insa foarte eficienta. Poti apela la epilare definitiva si scapi de stresul pe care-l implica epilarea periodica;

# Lama: Epilarea cu lama de ras este o metoda rapida si nedureroasa. Dezavantajul acestei metode este faptul ca firele de par vor creste foarte repede si vor fi mult mai dese.

Cremele anticelulita si cele pentru fermitatea pielii

Picioare frumoase inseamna picioare fara celulita si fara piele asemanatoare cojii de portocala. Ca sa eviti aceste neplaceri apeleaza cu incredere la cremele anticelulita ori mergi la salon de cateva ori pe an pentru impachetari anticelulitice.

Pielea de pe picioare are nevoie si ea de hidratare si fermitate. De aceea foloseste cu incredere creme de corp hidratante (potrivite tipului tau de piele) si maseaza-ti cu aceasta picioarele incepand de la sold si pana la talpa. Ar trebui sa faci acest lucru in fiecare seara, dupa baie.

Masajul va stimula circulatia sangelui, va relaxa muschii si va preveni aparitia varicelor. Timpul alocat acestei activitati trebuie sa fie intre 10 si 20 de minute.

### Calcaiele

Chiar daca sezonul sandalelor a trecut, calcaiele tale trebuie ingrijite cu atentie in continuare. Tine cateva minute picioarele in apa calduta in care pui si un pumn de sare grunjoasa, apoi maseaza-ti calcaiele cu o piatra ponce. La final, foloseste o crema hidratanta si acopera-ti picioarele cu o pereche de sosete calduroase.

### Pedichiura

Unghiile de la picioare trebuie sa arate bine in orice anotimp. Unghiile ingrijite sunt frumoase indiferent de forma lor. Le poti taia rotund sau patrat, poti folosi orice culoare de oja, important este sa fie curate si sa arate bine.

Taguri articol: picioare, Epilarea, anticelulita, Calcaiele,

serviciu oferit de [GWP Entertainment](#)

