

## USAR FAJA TODOS LOS DÍAS: VENTAJAS Y DESVENTAJAS



¿Qué es en lo primero que piensas cuando ya tenías un vestido elegido para una fiesta y resulta que no te queda? Pues claro: que necesitas una faja.

Estas prensas son geniales para comprimir "rollitos" de manera instantánea y estilizar tu figura, pero, ¿qué ocurre cuando las usas todos los días?, ¿qué pasa cuando

le encomiendas a la faja lo que deberías destinar a simplemente elegir una talla más grande? O ponerte a dieta?

De acuerdo a especialistas en cosmetología y piel de la Academia Americana de Dermatología (AAD) el uso de fajas es auxiliar al momento de estar bajando de peso naturalmente: ayuda a que la piel se amolde a tu nueva figura, sin mencionar que te hace lucir esbelta todo el tiempo.



Los beneficios inmediatos son evidentes: comprimen tu vientre como por "arte de magia" y nadie nota que está ahí.

Las fajas sin costuras de lycra colombianas que trae ENTALLARTE para ti lucen espectaculares con tops, pantalones, vestidos, incluso con calza, llevan refuerzo abdominal y levantacola.

Todo suena muy bien, pero aunque **usar fajas modeladoras** favorecen el aspecto de forma inmediata en cualquier ocasión... depender de ellas no es la mejor opción. Tal como se dice: "no todo lo que brilla es oro", y las fajas no se quedan fuera de esta regla. Si bien su uso hace que te veas más delgada, la realidad es que probablemente no lo estés... y por mucho que la utilices para aparentar, necesitarás algo más que dicha prenda para deshacerte de los rollitos no deseados.

**La grasa abdominal sólo se reduce con dieta y ejercicio.** Si deseas perder tallas de manera real, el único "elixir" es una buena dieta acompañada de ejercicio. Pregunta a tu nutriólogo de confianza cuál es la mejor para ti y cómo puedes combinarla con una rutina deportiva certera.