**5 главных женских ошибок в уходе за кожей лица**

Выглядеть красиво и безукоризненно – мечта большинства представительниц прекрасного пола. Правда, не все из них знают, что некоторые из применяемых ими косметических процедур приводят к прямо противоположному эффекту. О том, какие пять главных ошибок допускают современные женщины при ежедневном уходе за кожей – рассмотрим более подробно.

**Ошибка №1. Чрезмерное обилие пены**

Чем больше пены создают средства для умывания – тем лучше удаляются грязь и оставшаяся на лице косметика. Так думает большинство людей. В принципе, совершенно верно. Следует лишь учитывать, что образованию такого количества пены способствуют особые химические вещества. Они не только начисто смывают пыль и остатки макияжа, но и лишают кожу специальной защитной пленки. Иногда агрессивное пенное умывание может спровоцировать появление угревой сыпи и даже изменения в пигментации кожи.

Специалисты рекомендуют использовать для умывания средства с минимальным количеством пены. А при наличии чувствительной и сухой кожи лица и вовсе оставить на своей ванной полочке лишь нежное очищающее молочко для снятия макияжа.

**Ошибка №2. Частые скрабы и пилинги**

Разнообразные пилинги и скрабы, несомненно, весьма полезны для кожи. Но лишь при разумном применении. При слишком частом их использовании не стоит удивляться, если кожа в скором времени разительно преобразится (причем не в лучшую сторону). Ведь абразивные частицы, входящие в состав этих косметических средств, удаляют не только ороговевшие слои эпидермиса, но и травмирует его живые клетки. Защищаясь от такого воздействия, еще совсем недавно мягкая и нежная кожа лица может стать более плотной и шелушащейся.

Для очищения кожи в домашних условиях профессиональные косметологи рекомендуют использовать энзимные пилинги или скрабы с искусственными абразивами. Саму же процедуру советуют проводить не чаще 1 раза в 2 недели (для поврежденной и сухой кожи) или раз в 7-8 дней – для жирной и комбинированной.

**Ошибка №3. Излишне толстый слой ночного крема**

Кожа нуждается в нежном и бережном уходе – как днем, так и ночью (посредством восстановления и питания). Нужно лишь принять во внимание, что слишком толстый слой ночного питательного крема часто не успевает качественно впитываться в кожу. Его остатки смешиваются с выделяемыми за ночь секретами сальных и потовых желез, а затем образуют на поверхности кожи плотную и непроницаемую для доступа воздуха пленку.

Правильным будет накладывать ночной крем тонким слоем на тщательно очищенную кожу лица за несколько часов до отхода ко сну, а уже через 40-50 минут удалять его невпитавшиеся остатки мягкой бумажной салфеткой. Таким образом кожа за ночь отлично отдохнет, восстановится, насытится необходимыми полезными веществами, а утром будет выглядеть свежо и привлекательно.

**Ошибка №4. Пропуск этапа тонизирования**

Иногда девушки забывают (или намеренно пропускают) один из пяти обязательных этапов ежедневного ухода – тонизирование. Как оказывается, совершенно зря. Ведь профессиональный тоник:

- удаляет с кожи остатки косметики;

- восстанавливает нарушенный агрессивными очищающими средствами кислотно-щелочной баланс кожи;

- улучшает впитывание крема в более глубокие слои эпидермиса.

По оценкам специалистов систематическое применение тоника на 30% улучшает эффект от всех последующих уходовых процедур. В правдивости этого утверждения можно убедиться лично уже в самое ближайшее время!

**Ошибка №5. Нанесение макияжа сразу на крем**

Даже при лимитированном времени на утренние сборы избегайте нанесения тонировочной основы и пудры непосредственно на дневной крем – дайте последнему некоторое время на качественное впитывание или же просто удалите его излишки через несколько минут мягкой бумажной салфеткой. В противном случае ваш тщательно наложенный безукоризненный макияж останется таковым совсем недолго и уже через несколько часов некрасиво потечет.

Иметь безукоризненный и привлекательный внешний вид вовсе не сложно. Надеемся, наши подсказки помогут вам в этом!