**Мифы современной косметики**

С каждым днём современным женщинам становится все сложнее ориентироваться в развивающейся семимильными шагами индустрии косметики. Раньше мы знали, что существуют шампуни для жирных и нормальных волос, и, в лучшем случае, ночной и дневной крем. Сейчас же СМИ и социальные сети доверху набиты информацией о массе средств по уходу за собой: серумы, тонеры, кушоны, хайлайтеры и всевозможные эмульсии. Причем средства зачастую обладают почти чудодейственными свойствами: разглаживают морщины, восстанавливают структуру волос, насыщают кожу «умными» веществами, способными найти и скорректировать именно ваши недостатки. Закономерно возникает вопрос о том, все ли рекламные ролики говорят о реальных достижениях науки в сфере косметологии, которые действительно могут помочь эффективно ухаживать за кожей или же это просто очередной маркетинговый ход?

Для начала поговорим об основных научно доказанных фактах, основанных на реальных научных исследованиях.

Во-первых, научно доказанным фактом есть то, что старение кожи возможно замедлить, убрав основной фактор, влияющий на состояние кожи – и это в первую очередь не ваша бурная мимика или неизбежные процессы увядания, проистекающие в организме, а воздействие уф-лучей, от которых можно защититься, используя специальный крем. Причем воздействуют уф-лучи и зимой и летом, поэтому кремы с этикеткой spf могут оказать существенную помощь вашей коже и заметно замедлить старение кожи.

Во-вторых, действительно существуют вещества, способные воздействовать не только на верхний роговой слой, оказывая только видимый эффект, но и на более глубокие слои кожи и качественно улучшать состояние вашей кожи. К примеру, учеными были открыты ретиноиды, которые изначально использовали для лечения проблемной и кожи и угревой сыпи, но позже было обнаружено, что они прекрасно справляются и с задачей омолаживания.

Также общеизвестным фактом есть то, что молочные и гликоливые кислоты, входящие в состав косметики, могут отшелушить и улучшить состояние кожи.

Это, конечно, далеко не все примеры, но одни из самых существенных, на которые можно опираться, читая состав покупаемой баночки.

Также немаловажно понимать из каких основных веществ состоит то или иное средство.

Для наглядности примера возьмем уходовую косметику в виде крема. Содержимое любой баночки составляет так называемая основа, представляющая из себя эмульсию, то есть капельки масла взвешенные в воде. Чем мельче капельки, тем легче крем по консистенции и тем быстрее он впитывается в кожу. Как правило, как раз по свойствам основы мы судим о качествах крема, потому что её свойства очень наглядны и ощутимы в действии: именно она оказывает смягчающее действие на кожу. Очень интересным фактом есть то,что кремы для лица и кремы вокруг глаз отличаются лишь свойствами основы (последние как правило имеют более плотную консистенцию), то есть большого смысла покупать два отдельных средства, рассчитывая,что крем вокруг глаз обладает чудодейственными свойствами, способными помочь именно нежной коже вокруг глаз, специалисты не советуют.

Кроме всего прочего, немаловажным ингредиентом есть различные биологически активные добавки, которые и отвечают за долгосрочное действие крема. Примерами могут быть антиоксиданты, витамины, иммуномодуляторы и многие другие. Только зачастую их содержание стремится к нулю и для реального воздействия их не хватает.

Ну и конечно же невозможно умолчать о самых "подозрительных" жителях баночки с кремом - консервантами и стабилизаторах. Однако не стоит забывать о том, что их концентрация ничтожно мала и без них мы могли бы могли пользоваться средством только в стерильной лаборатории и очень недолгое время, ведь они не дают развиваться патогенной микрофлоре в вашем креме.

Это лишь краткий обзор того, что представляют из себя средства по уходу за собой. В последующих статьях мы детальнее рассмотрим составы косметических средств, а также их преимущества и недостатки. Но пока хотелось бы сделать вывод,что к выбору средств по уходу за собой стоит подходить осознанно и стоит подбирать уход, который подходит именно вам в зависимости от особенностей вашей кожи.

Будьте красивыми и здоровыми!