Как выглядеть моложе: косметика и не только

Каждая женщина рано или поздно начинает задумываться о том, как ей сохранить молодость и выглядеть моложе. Законы природы нарушить невозможно. Но кое-что вы сделать способны. Причем без вмешательства пластических хирургов и сомнительных процедур.

Рассмотрим 3 простых правила, которые помогут вам выглядеть моложе.

Хорошая косметика и правильный уход

Перестаньте экономить на себе и покупать откровенно дешевую косметику. Некачественные косметические средства замаскируют проблемы, но в итоге приведут к еще большим сложностям с кожей.

Понятно, что не у всех женщин неограниченный бюджет. Поэтому выбирайте качественную и недорогую косметику. Вы можете найти что вам нужно, изучив Avon revista https://avonkatalog.in.ua/pt/ на своем смартфоне или компьютере. Здесь огромный выбор всего, что вам может потребоваться для ухода за собой.

Только помните, что даже самую качественную декоративную косметику нужно смывать перед сном, стараться наносить ее только по мере необходимости, и позволять коже больше дышать.

Соблюдая элементарные правила ухода за собой и использования косметики, вы защитите свою кожу от преждевременного старения. А специальные средства помогут поддерживать упругость и свежесть кожи, бороться с морщинами и не только.

Не отказывайтесь от профессиональной помощи

Женщинам за 40 и 50 лет не помешает обратиться к профессиональным косметологам.

Специалист может изучить особенности вашей кожи, подобрать косметику, провести безопасные омолаживающие процедуры. Да, это требует денег и времени. Но и ваша молодость - это тот ресурс, на котором не стоит экономить.

Меньше стрессов

Один из главных врагов женской молодости — это постоянные стрессы. Поэтому их настоятельно рекомендуется максимально уменьшить. Конечно, полностью исключить стрессы в жизни любой женщины невозможно. Но можно сделать то, что поможет уменьшить их влияние и количество.

Отдавайте предпочтение прогулкам на свежем воздухе, а не шумным кафе и ресторанам. Займитесь плаванием, найдите себе интересное и полезное хобби.

Некоторым женщинам даже не помешает сходить к психологу, чтобы пересмотреть свои взгляды на жизнь. Не исключено, что те ситуации, из-за которых вы испытываете стресс, на самом деле не стоят ваших эмоций и отобранной молодости.

Сочетание хорошей косметики, правильного ухода и уменьшения влияния стресса помогут вам продлить вашу молодость.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Что нужно знать о мицеллярной воде

Практически у каждой современной девушки и женщина на полочке в ванной обязательно присутствует флакон с мицеллярной водой. И это абсолютно правильное решение. Объективно мицеллярная вода — это одно из лучших средств, которые удалось создать специалистам в сфере красоты, косметологии и ухода за собой.

Удивляет тот факт, что некоторые до сир пор не знают, что такое мицеллярная вода и для чего она вообще нужна.

Зачем она нужна

Мицеллярная вода — это специальное очищающее средство для кожи с очень мягким эффектом, в составе которого отсутствует мыло. Основное назначение — это быстрое и легкое снятие макияжа.

Уже давно пора отказаться от старых способов смывать косметику теплой водой и мылом. Вам нужна мицеллярная вода. Вы можете ее найти в revista Avon, https://avonkatalog.in.ua/pt/ а также найти для себя там много интересной, качественной и полезной косметической продукции.

Если вы часто наносите макияж, то без мицеллярной воды вам не обойтись.

Что входит в состав

Некоторые считают, что мицеллярная вода — это не более чем маркетинговая уловка. Якобы в состав входит обычная вода и немного мыла. А стоит достаточно дорого. Это распространенное заблуждение.

Название мицеллярной воды связано с тем, что в состав входят мицеллы. Это микрочастицы, которые из-за своих размеров не способны повредить даже самую чувствительную кожу. В мицеллярной воде нет щелочей, чего не скажешь про обычное мыло.

Это средство дает обратный эффект. То есть не сушит кожу, а питает и увлажняет ее.

Мицеллярная вода получается путем переработки чистой талой воды и добавления в нее полезных веществ. В основном используются природные водные источники, где уже в составе есть кислоты и минералы абсолютно натурального происхождения.

Интересно и то, что изначально мицеллярная вода предназначалась только для ухода за детьми и за кожей людей, которые страдают от различных кожных заболеваний.

Кому рекомендуется использовать

Вам стоит использовать мицеллярную воду в таких ситуациях:

проявляется аллергия на разные пенящиеся косметические средства;

чувствительная и гиперчувствительная кожа;

частые путешествия;

регулярные смены климата;

активное использование водостойкой декоративной косметики;

ношение контактных линз.

Пользоваться мицеллярной водой при этом очень просто. Вам лишь нужно смочить средством ватный диск, и аккуратно провести по коже, где нанесена косметика.

В зависимости от типа, стойкости и количества нанесенной косметики, количество процедур по снятию может отличаться. В некоторых случаях хватает даже одного смачивания ватного диска. Но иногда приходится повторять процедуру несколько раз. И не забывайте, что всегда нужно использовать чистые ватные диски.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Типы чувствительной кожи и выбор косметики

Кожа — это самый большой орган в человеческом организме. Поэтому нет ничего удивительного в том, что заботе о коже уделяется так много внимания. Особенно это касается девушек и женщин любого возраста.

Ошибочно считать, что молодая кожа всегда остается красивой, и уход за ней не нужен. Некоторые женщины только после 40-50 лет начинают активно пользоваться специальной косметикой. Но на самом деле это нужно делать намного раньше. Важный момент при выборе косметики — это тип вашей кожи.

Какие бывают типы чувствительной кожи

Чувствительная кожа встречается у многих женщин. Это немного усложняет им жизнь, поскольку за ее состоянием приходится следить более тщательно.

При этом и косметика подбирается под конкретный тип. Поэтому, когда будете изучать revista Avon digital, https://avonkatalog.in.ua/pt/ обязательно обратите внимание на то, для какой кожи предназначено то или иное выбранное вами средство.

Чувствительная кожа делится на 3 типа.

Чувствительная. Это первая степень. В этой ситуации наблюдаются неприятные ощущения в виде покалываний, жжения и чувства стянутости. Из-за ветра, мороза, солнца, а также от неправильного ухода появляются раздражения;

Гиперчувствительная. Помимо перечисленных факторов появляются дополнительные. Это шелушение кожи и покраснения;

Аллергическая. Самая сильная степень чувствительной кожи. Проявляются аллергические реакции. Это ответ иммунной системы на контакт с раздражителями.

Для чувствительной кожи выбирайте только специальные виды косметических средств. В большинстве случаев обычная косметика не подходит.

Если вы видите, как проявляются признаки гиперчувствительной или аллергической кожи, тогда лучше обратиться за консультацией к специалистам. Постарайтесь исключить аллергены и раздражающие факторы.

Можно ли пользоваться косметикой

Из-за повышенной чувствительности кожи многие девушки и женщины вообще отказываются от использования косметики. Как декоративной, так и от средств для ухода.

Это решение нельзя назвать правильным. Да, от некачественной и дешевой декоративной косметики отказаться не помешает. Но вы можете заменить ее на более качественные средства. Просто проверяйте состав и ориентируйтесь на то, для какой кожи та или иная косметика подходит.

А вот отказываться от средств по уходу точно не стоит. Наоборот, специальные кремы, сыворотки и другие средства помогают бороться с проблемами чувствительной кожи. Они защищают от раздражений и вредных факторов. Восстанавливают кожу, придают ей эластичность, возвращают упругость, защищают от сухости и так далее.

Крем для лица: как правильно выбрать

Крем должен быть в наборе косметики каждой девушки и женщины. Это универсальное средство по уходу, без которого не обойтись. Но правильно выбрать крем — это важная задача. Нельзя взять с полки магазина первое попавшееся средство и нанести его себе на лицо, руки или ноги.

Общие советы по выбору

Для начала нужно ответить на несколько вопросов самой себе. Это доступный бюджет, тип кожи и эффект, которого вы хотите добиться от купленного крема.

Нет необходимости гнаться за дорогими средствами. Тут отталкивайтесь от качества и состава. Вот почему многие выбирают себе крем в revista Avon virtual https://avonkatalog.in.ua/pt/

и пользуются средствами этого популярного производителя. Это оптимальное соотношение цены и качества.

Что же касается правильного выбора крема, то для начала учитывайте такие моменты:

легкая и нежная структура;

хороший тонизирующий эффект;

наличие полезных и натуральных активных веществ в составе;

эффект увлажнения кожи;

ощущения комфорта после применения.

Не нужно ставить на себе эксперименты и проверять, как отреагирует на крем ваша кожа.

Выбирать рекомендуется в зависимости от возраста и типа кожи. Причем тип кожи — это основа для правильного подбора крема.

Виды кожи

Кожа лица бывает 3 основных типов. Под каждый из них создаются свои линейки и серии кремов для лица, рук, ног или всего тела.

Сухой тип кожи. Если вы после умывания чувствуете, что кожа стягивается, а от нанесения крема этот эффект проходит, а также появляются шелушения, у вас точно сухая кожа. В молодом возрасте она выглядит неплохо. Но примерно к 30 годам появляются морщины и нарушается эластичность. Здесь нужен хороший увлажняющий и питающий крем;

Жирная кожа. Она определяется по склонности к угревой сыпи, черных точек, появлению жирного блеска. Если вам приходится регулярно пользоваться пудрой, чтобы скрыть жирный блеск, кожа относится к жирному типу. Несмотря на некоторые недостатки, у нее есть и свои преимущества. Морщины появляются достаточно поздно. Кожа отлично выглядит до 40 лет даже без особого ухода. Но и крем нужно использовать соответствующий;

Комбинированная кожа. Она включает в себя проявления особенностей сухой и жирной кожи одновременно. Для такого типа созданы специальные виды крема. В их состав обязательно входят компоненты с противовоспалительным эффектом.

Выбрав свой тип кожи, при покупке крема подумайте о том, какой эффект вам нужен. Одним требуется увлажнение, другим борьба с морщинами, третьим - защита от солнца или холода. Также есть лечебный вид крема, который противостоит угревым высыпаниям и другим кожным заболеваниям.

И обязательно запомните, что есть дневной и ночной крем. Дневной нужен для увлажнения кожи, а ночной для питания полезными веществами.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Косметика для волос: чего не стоит делать

Основной вид косметики для волос — это шампунь. Он может быть универсальным, то есть включать в состав бальзам и кондиционер, или использоваться как самостоятельное средство.

Многие думают, что в мытье волос нет ничего сложного. Намочил голову, выдавил шампунь и смыл образовавшуюся пену.

Но на самом деле здесь есть несколько важных нюансов. Расскажем о том, чего не стоит делать при использовании шампуней.

Как не стоит мыть голову

Чтобы не допустить проблем с волосами, для начала нужно выбрать качественное средство. Вы можете просмотреть revista Avon PDF https://avonkatalog.in.ua/pt/baixar-o-catalogo-avon-em-pdf/ и выбрать себе один из подходящих под ваш тип волос и кожи шампунь. Выбор действительно большой.

Но даже если вы выбрали правильный и подходящий вам вид косметики для волос, при неправильном использовании шампуня можно даже навредить себе.

Приведем несколько примеров того, чего не стоит делать при мытье головы.

Нельзя мыть волосы каждый день. Мойте только по мере загрязнения. Особенно если вы регулярно используете косметику и средства для укладки волос. Если приходится часто мыть голову, то обязательно берите специальные щадящие шампуни;

Не наносите шампунь прямо из флакона. Лучшее решение — это выдавить косметическое средство в мокрые ладони, растереть до образования пены, после чего нанести уже на волосы. Или можете смешать шампунь с водой в стакане, и полученную смесь вылить на голову;

Не используйте шампунь только один раз. Особенно это касается средств с лечебным эффектом. Первое нанесение и смывание только удаляют грязь и кожный жир. Второе нанесение уже дает необходимый лечебный эффект;

Не растирайте шампунь ногтями. Массажируйте кожу головы подушечками пальцам. Так вы улучшаете кровообращение, и стимулируете лучший рост волос;

Не мойте жирные волосы горячей водой. Горячая вода активирует сальные железы. Из-за этого волосы быстро становятся снова жирными. Идеальная температура для таких волос - не более 36 градусов Цельсия;

Не покупайте шампунь для всех типов волос. Это нельзя назвать самой страшной ошибкой. Но будет лучше, если вы используете тот шампунь, который соответствует вашему типу волос;

Не используйте шампуни без кондиционера. Это можно делать. Но лучше выбирать средство с кондиционером. Он позволяет питать, восстанавливать и защищать волосы. И еще при расчесывании и укладке они будут более послушными.

Мойте голову правильно и используйте шампуни и косметические средства хорошего качества. И тогда с вашими волосами все будет хорошо.