

# Co zrobić, by cera wyglądała świeżo i promiennie?

Data publikacji: 14.04.2022 12:00

Zachowanie wszystkich etapów pielęgnacyjnych jest podstawą do uzyskania świeżej, zdrowej i promiennej cery. Skóra poddawana jest wielu czynnikom zewnętrznym, a do tego nie zawsze odpowiedniej diecie, przez co często nie wygląda tak, jakbyśmy tego chcieli. Odpowiednie dobranie kosmetyków do twarzy może znacząco przybliżyć nas do ideału zadbanej skóry. O czym należy pamiętać i czego używać?

□

## Rutyna pielęgnacyjna – o czym nie wolno zapominać?

Systematyczność to klucz do sukcesu w wielu kwestiach, także w pielęgnacji skóry. Regularne oczyszczanie i jej nawilżanie może szybko przynieść zadowalające efekty pod warunkiem, że wybierzemy do tego właściwe kosmetyki. [Peeling do twarzy](#), nawilżający krem oraz produkty tonizujące powinny na stałe zagościć w naszych kosmetyczkach.

W codziennej pielęgnacji absolutnie nie można zapominać o dokładnym oczyszczaniu skóry. Tylko w ten sposób można wspomóc wchłanianie składników odżywczych używanych kosmetyków. Dla najlepszych efektów należy pamiętać o kolejności wykonywanych zabiegów. Rozpoczynamy zawsze od dokładnego oczyszczenia skóry, kolejne etapy to tonizowanie i sięganie po produkty odżywcze, czyli serum i [krem do twarzy](#).

## Peeling do twarzy – jak używać?

Peelingi powinny być dobierane odpowiednio do rodzaju i problemów cery, wyróżniamy jego następujące kategorie:

- peeling ziarnisty (intensywne ścieranie zanieczyszczeń i naskórka za pomocą materiału złuszczonego);
- peeling chemiczny (zazwyczaj w jego skład wchodzi kwas, przeznaczony jest do użytku profesjonalnego);
- peeling enzymatyczny (za złuszczenie odpowiadają enzymy, produkt idealny do skóry wrażliwej i podrażnionej).

Peeling do twarzy powinien być stosowany w regularnych odstępach czasu. Cery problematyczne wymagają jego ingerencji do dwóch razy w tygodniu. W przypadku skóry delikatnej lepiej ograniczyć jego stosowanie.

## Jak tonizować twarz?

Zanim nałożymy krem do twarzy, nie wolno zapomnieć o przywróceniu skórze odpowiedniego pH po jej dokładnym umyciu. Kosmetyki oczyszczające mają tendencję do zmieniania odczynu skóry na bardziej zasadowy, przez co jej warstwa ochronna jest bardziej narażona na zniszczenia. Toniku powinno się więc używać rano i wieczorem, po każdym starannym myciu twarzy. Wystarczy nałożyć odrobinę produktu na wacik i delikatnie wetrzeć kosmetyk w skórę. Taki zabieg nie tylko odświeży cerę, ale przygotowuje ją na wchłanianie aktywnych składników kosmetyków odżywczych.

## Jaki powinien być krem do twarzy?

Krem musi być przede wszystkim dostosowany do potrzeb naszej skóry. Ocena jej kondycji pozwoli wybrać produkt, który nie nasili problemów, doda nawilżenia, składników odżywczych, a w efekcie nada promienny wygląd skórze. Cery suche potrzebują bogatszej konsystencji, intensywnego nawilżenia.

Skóry problematyczne, a więc tłusta i trądzikowa, nie mogą zostać przeciążone. Spowoduje to tylko wzmożenie problemu, dlatego trzeba w tym wypadku sięgać po kremy o żelowej formule, które nie zapychają porów. Cera wrażliwa podatna jest na wiele chemicznych składników, dlatego tutaj najlepszym wyborem będą kosmetyki hipoalergiczne, z naturalnymi substancjami.

*Artykuł sponsorowany*