

Koreańskie SPF – mocna ochrona przed słońcem w lekkiej formie

Data publikacji: 3.05.2025 10:40

Promieniowanie UV jest jednym z głównych czynników przyspieszających procesy starzenia – od słońca skóra traci jędrność i powstają na niej zmarszczki oraz przebarwienia. Z tego powodu krem z filtrem do twarzy jest podstawą koreańskiej pielęgnacji. Koreańskie SPF-y to ogromny segment produktów. Poznaj nowoczesne filtry mineralne, żelowe kremy 50 SPF i przeciwsłoneczne sticki, które warto stosować na twarz przez cały rok.



Źródło grafiki: freepik.com

Najważniejsze fakty o koreańskiej pielęgnacji przeciwsłonecznej

- Koreańska pielęgnacja (tzw. K-beauty) kładzie duży nacisk na **prewencję, nawilżanie i ochronę**. Kremy SPF są uważane za podstawowy element codziennej rutyny – niezależnie od wieku.
- Nawet w pochmurne dni i zimą **promienie UVA przenikają przez chmury i szyby okienne**, docierając do skóry, dlatego Koreanki używają kremów z filtrem przez cały rok, aby zapewnić sobie ciągłą ochronę przed fotostarzeniem.
- Koreanki często nie ograniczają się do samych kremów SPF. Używają również parasoli przeciwsłonecznych, kapeluszy i ubrań z filtrem UV, aby dodatkowo chronić skórę.

Szeroki wybór lekkich i skutecznych kremów z filtrem do twarzy

W Korei kremy przeciwsłoneczne są formułowane tak, aby były lekkie, nawilżające i przyjemne w użyciu. Właściwie standardem jest, że **filtry mineralne lub chemiczne dodawane są do kremów na co dzień i upiększających kremów BB**. Dzięki temu stosowanie produktów jest łatwe i nie sprawia dyskomfortu.

Na rynku wciąż pojawiają się nowości. Jak [koreańskie kremy do twarzy z SPF](#) można kupić w sklepie internetowym z koreańskimi kosmetykami?

- **Lekkie kremy żelowe z filtrem UV** – idealne dla osób z tłustą, mieszaną lub wrażliwą skórą. Dzięki konsystencji żelu szybko się wchłaniają, nie pozostawiają tłustego filmu i są doskonałe pod makijaż.
- **Ochronne sztyfty SPF 50+** – poręczne, kompaktowe formy SPF, które łatwo się nakłada i sprawdzają się znakomicie do poprawek w ciągu dnia. Dostępne są na przykład **sztyfty nawilżająco-chłodzące o wodoodpornej formule**. Zawarty w nich aloes działa łagodząco i kojąco na podrażnioną skórę. Inną propozycją to koreański SPF w sztyfcie z kwasem hialuronowym i witaminą E, który odżywia skórę i zabezpiecza przed wolnymi rodnikami.
- **Kremy 50 SPF z filtrami mineralnymi** – ten rodzaj filtrów tworzy na skórze barierę ochronną, która odbija i rozprasza promienie UV, działając jak lustro na powierzchni skóry. Koreańskie kremy z filtrem mineralnym są polecane dla osób ze skórą wrażliwą, skłonną do podrażnień lub alergii.

Jak stosować kosmetyki koreańskie z SPF?

Co myślisz o wprowadzeniu kremów SPF do twarzy do codziennej pielęgnacji – nie tylko latem? Zawsze **nakładaj**

filtry na oczyszczoną skórę. Użyj delikatnego olejku lub żelu do mycia twarzy, aby usunąć sebum i zanieczyszczenia. Nałóż swoje ulubione koreańskie produkty pielęgnacyjne w odpowiedniej kolejności:

1. **Toner** przywraca równowagę pH skóry.
2. **Serum** do twarzy koncentruje się na specyficznych problemach skóry (na przykład nawilżenie, rozświetlenie). Składniki, które wzmacniają ochronne działanie filtrów, to na przykład witamina C. Również ekstrakt z zielonej herbaty, aloesu i wąkroty azjatyckiej może być doskonałym dodatkiem do SPF.
3. **Krem nawilżający** zapewnia skórze odpowiedni poziom nawodnienia (możesz pominąć, jeśli stosujesz krem SPF o właściwościach pielęgnacyjnych).

Uwaga! Poczekaj, aż każdy produkt wchłonie się w skórę, zanim przejdziesz do kolejnego kroku. Na tak przygotowaną skórę nałóż krem SPF.

Aplikacja kremu SPF – ile kremu do twarzy z filtrem trzeba nałożyć?

Na twarz i szyję nałóż około jedną **łyżeczkę kremu** z SPF – tylko odpowiednia ilość gwarantuje pełną ochronę. Pamiętaj, że nakładanie mniejszej ilości produktu niż rekomendowana **prowadzi do obniżenia deklarowanej ochrony UV**. Delikatnie wklep produkt i odczekaj kilka minut (aż się wchłonie) przed nałożeniem makijażu. Ochrona przeciwsłoneczna działa przez ograniczony czas (zwykle około 2–3 godziny). Dlatego ważne jest, aby **reaplikować SPF w ciągu dnia**, zwłaszcza jeśli dużo przebywasz na słońcu. W tym celu idealnie sprawdzą się ochronne sztyfty SPF.

Błędy do uniknięcia przy nakładaniu koreańskich SPF

1. **Zbyt mała ilość SPF-u** – nałożenie za małej ilości obniża poziom ochrony.
2. **Pomijanie szyi i uszu** – te obszary też są narażone na słońce – pamiętaj o nich!
3. **Brak reaplikacji SPF-a w ciągu dnia** – jeśli przebywasz na zewnątrz, odświeżanie ochrony jest kluczowe.
4. **Brak ochrony w pochmurne dni** – promienie UVA przenikają przez chmury, więc SPF jest potrzebny przez cały rok.

Pamiętaj o wieczornej pielęgnacji cery. **Dwuetapowe oczyszczanie twarzy pomoże pozbyć się filtrów przeciwsłonecznych.** Użyj olejku oczyszczającego lub balsamu, aby skutecznie zmyć trwałe formuły. Następnie zastosuj żel lub piankę myjącą, aby usunąć wszelkie pozostałości.

Jak najszybciej włącz koreańskie SPF-y do codziennej pielęgnacji, a na dłużej zachowasz młody wygląd.

artykuł sponsorowany