

SAVETI

ZDRAVLJE

TATIJANA JEVDOVIĆ spa i velnes instruktor

Izbor preparata za negu lica



Imam osećaj da mi je krema koju koristim nedovoljna. Kako da izaberem pravi preparat za lice? Mira

Ako je u pitanju krema koju ste koristili u letnjem periodu, verovatno se radi o hidratantnoj kremi koja je u periodu velikih vrućina potrebna i dovoljna da bi koži pomogla da održi vlažnost. Međutim, sa prvim hladnim danima, naročito u gradskim uslovima, neophodna je dobra zaštitna krema koja će sadržati određeni stepen masnoće i pomoći da se prirodni hidrolipidni sloj na koži normalno formira. Na taj način se normalizuje jedna od osnovnih funkcija kože: zaštitna. Prilikom odabira preparata važno je da se opredelite za one koji će vašoj koži dati dovoljno vlažnosti, učiniti je glatkom i čvrstom, bez viška masnoće. Ukoliko imate suhu kožu, opredelite se za hidratantne hranljive kreme i možda neki od seruma koji će je pojačano hidrirati. Serumi za hidrataciju kože su uglavnom u vidu gela ili emulzije koja se lako razmazuje po koži celog lica. Posle minut-dva, kada je koža apsorbivala serum, možete da nanese krema, takođe u tankom sloju. Ukoliko vam je koža inače masna, važno je da koristite serum koji će omogućiti regulisanje izlučivanja masnoće, a da je

istovremeno održi vlažnom. Kod ovakvog tipa kože najčešće je problem odabrati zaštitnu kremu koja neće biti previše teška, zato bi bilo najbolje da se konsultujete sa svojim kozmetičarem od koga možete da dobijete tester kreme koju biste koristili nekoliko dana i posle toga se opredelite za eventualnu kupovinu. Preparat koji bi u oba slučaja pomogao da se regulišu metabolički procesi na nivou ćelija kože, pa samim tim i stepen vlage i masnoće, zove se metabolički aktivator. U pitanju je emulijantni serum sa mikrokapsulama koje sadrže aktivne principe koji deluju na razmenu materije u ćeliji onog momenta kada se aktivira pumpica na otvaraču, tako da se svojstva preparata ne menjaju narednih 12 meseci od momenta kada se započne sa korišćenjem. Ovakve efekte proizvodi pre svega ekstrakt Centella asiatica, a proteini soje i pirinča predstavljaju supstance koje pomažu stvaranje novog vezivnog tkiva. Radi se o preparatu koji treba koristiti upravo u prelaznim periodima, da bi se koža brže aklimatizovala. Inače, ovaj serum je neizostavan u primeni Shilly Shally tretmana za celo telo.

AUTORKA JE VLASNICA
HOLISTIČKOG CENTRA
„BEAUTY IMAGINI“

Najčitnije dnevne novine u Srbiji

BLIC

ISSN:0354-9283

PONEDELJAK
15. SEPTEMBAR
2008. GODINA

BROJ 4167

25
DINARA



9 770354 928015

Med neguje i najosetljiviju kožu

Bogat vitaminima, mineralima i belančevinama, med je jedno od najboljih sredstava za negu kože. Ne sadrži dodatke i konzervanse, a ne izaziva ni iritacije, tako da je prikladan i za najosetljiviju kožu.

- Med pomaže u privlačenju i zadržavanju vlage, zbog čega odlično neguje suhu kožu - objašnjava Tatijana Jevdović, spa i velnes instruktor. - Od meda možete pripremiti maske za lice koje ublažavaju sve probleme s

kožom i daju joj zdrav sjaj. Na primer, mešavina kašičice meda i belanca zateže kožu i tako deluje kao prirodni fejslifting. Mešavina meda i mleka vrlo je blaga za normalnu kožu, a za masnu kožu prikladniji je jogurt.

PROTIV BUBULJICA

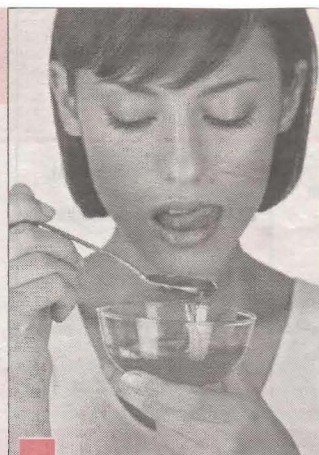
Pomešajte kašičicu muškatoćeg oraščića u prahu sa kašičicom meda i to nanosite na bubuljice. Ostavite da stoji 20 minuta, a potom isperite. Oraščić deluje protivupalno, a med uništava mikroorganizme.

ZA MASNU KOŽU

Pomešajte kašičicu jogurta sa kašičicom meda. Namažite kožu, ostavite pola sata i isperite. Za negu masne kože ovu masku stavljajte jedanput nedeljno. Za suhu kožu umesto jogurta upotrebite mleko.

MASKA ZA KOSU

Pripremite masku za kosu od pola šoljice meda i dve do četiri kašike maslinovog ulja. Utrljajte na kosu, pokrijte kapom ili kesom i ostavite pola sata. Zatim normalno operite šamponom. B. T.



Med i belance daju prirodan fejslifting