

Dobar piling- temelj lijepe kože

Ne zaboravite na blagotvorne male granulice koje s vaše kože odstranjuju odumrle stanice i nečistoću. Dobro se njima istrljajte kako biste intenzivirali mikrocirkulaciju površine kože i pripremili je za temeljito upijanje hranjivih sastojaka iz mlijeka i losiona za tijelo

Ako nakon kupanja i tuširanja na kožu nanosite mlijeko ili losion za tijelo vaša će koža biti samo površno nahranjena. Temelj za dobro prodiranje njegujućih sredstava u kožu jest temeljiti piling tijela. S njime, dakako, ne treba pretjerivati, pa dermatolozi preporučuju kućni tretman pilinga dva puta (najviše tri) tjedno.

Preparati sa sitnim granulicama namijenjeni su nježnoj koži grudiju, vrata, dekoltea, ramena... Srednje granulice koristite na bedrima, butinama, donjem dijelu leđa, nadlakticama, podlakticama i guzi, a grube, velike granule za koljena, laktove, pete i sva ona mjesta na kojima vam je koža grublja i tvrđa. Piling je naročito koristan protiv uraslih dlačica nakon epilacije, s time da ga je idealno provesti grubljom frotirnom rukavicom za kupanje ili prirodnom morskom spužvom.

Dobro istrljati svoje tijelo pilingom ljeti je najbolji način da se postigne ujednačeno i blistavo tamnjenje (jasno, ne bez nanošenja mlijeka za tijelo sa zaštitnim faktorom nakon pilingiranja, a prije sunčanja).

Nakon ljeta, pak, kada koža tijela počinje gubiti preplanulost, piling je odličan način da se ten ujednači i da se koži pomogne u obnavljanju površinskih slojeva. Prije uskakanja u jesensku odjeću, svakako svoju kožu počastite dobrim pilingom te, nakon toga, raskošnim i hranjivim mlijekom, losionom ili maslacem za tijelo.

Pilinzi za tijelo postoje u raznim verzijama - oni koji se prodaju kao gelovi za tuširanje s granulama su nešto blaži i pogodni za čestu upotrebu (iako ih ne bi bilo dobro koristiti baš svakodnevno, iako na njima piše da je to dopušteno). Jake pilinge za tijelo s grubljim granulama koristite jednom do maksimalno tri puta na tjedan.

Evo nekoliko naših preporuka:

Gel za tuširanje Klorane s mikrogranulama namijenjen je suhoj i osjetljivoj koži. On istovremeno vlaži kožu i djeluje kao mikro-piling, pa se može koristiti često. No niti

poslije ovako blagog pilinga ne propustite kožu hidratirati i nahraniti mlijekom, losionom ili maslacem za tijelo. **Gel za tuširanje s mikrogranulama, Klorane**

Piling Carita je omiljen zbog vrlo blage kremaste teksture i prirodnih zrnaca pilinga; tako je dobar da možete u svojoj kupaonici obaviti pravi kozmetički tretman kao da ste u salonu ljepote. Osim toga, njegov lagani miris ostavlja pravi dojam temeljite čistoće i osvježene kože. **Piling za baršunastu kožu, Carita**

Blagi piling za tijelo Avene kombinira mehaničko ljuštenje kože zahvaljujući zncima koji su sastavni dio formule, te piling, za eliminaciju mrtvih stanica. **Blagi piling za tijelo, Avene**

Glavni sastojci LUSH prirodnog pilinga su koromač i đumbir - stimulansi u borbi protiv celulita, pa on osim klasičnih zadataka ima zadatak i snažnije potaknuti cirkulaciju na mjestima pogođenima celulitom. **Piling za tijelo, LUSH**

Da bismo izbjegli oštećenja kože stopala, ljeti podvostručujemo njegu. Valja ih vlažiti svakodnevno i redovito raditi piling tabana (posebno peta). **Piling za stopala, Neutrogena**

Piling Biotherm osim što odstranjuje mrtve stanice i nečistoće, revitalizira kožu zahvaljujući svojoj formuli sastavljenoj od esencijalnih ulja agruma. Kremaste je teksture bez sapuna tako da kožu ljušti vrlo blago, ostavljajući na njoj neodoljiv miris svježih citrusa. **Piling-mlijeko s esencijalnim uljima agruma, Biotherm**

Protivno uvriježenom mišljenju, ako je koža već tamna piling neće smanjiti njenu preplanulost, već će naprotiv pojačati njen sjaj oslobađajući je od mrtvih stanica. Postoji posebna formula za osjetljivu kožu i kožu bez sjaja. Zrnca pilinga izglađuju kožu lica i stimuliraju obnavljanje stanica bez iritiranja kože. Osim toga, to je formula u kojoj nema sapuna, boje, alkohola ili parabena, formula sa svim dobrim učincima termalne vode iz La Roche-Posay-a. Taj blagi piling koristi se također za vrat i dekolte. **Fiziološki piling, La Roche-Posay**

Piling za lice HydrAction Dior je prava vrhunska njega za ovlaživanje kože koja istovremeno uklanja i nečistoće i mrtve stanice. Način korištenja: piling za lice HydraAction, za razliku od većine drugih, stavlja se na suhu, a ne na vlažnu kožu, i to laganim kružnim masažnim pokretima. **HydrAction piling za lice, Dior**

Ako si ove godine niste priuštili kupanje u moru prepunom joda, onda pravac kupaonica s morskim pilingom Phytomer. Idealan je za čišćenje i osvježavanje, te vraća sjaj koži lica zahvaljujući ekstraktima ljekovitih biljaka: loze, listova grejpa, arnike, hamamelisa, bršljana i pljuskavice. **Morski piling, Phytomer**