

Probudite kožu nakon neprospavanih noći!

Štoto znači "blistava" koža? To je ona koža koja zdravo sjaji. Godine, umor i razna oštećenja „iznutra i izvana" mijenjaju izgled kože. Najzdravije i najsajnije nam koža lica izgleda ujutro, neposredno nakon dobrog i dovoljno dugog sna. Ovih dana nismo baš zdravo i dugo spavali i najvjerojatnije smo, kako se „blagdanski šika", proveli više vremena unoseći u sebe hrpu nezdrave hrane i alkoholnih napitaka te boravili u zadimljenim prostorima... Sve se to jako dobro vidi na našoj koži, posebno na licu

Kako ćemo se regenerirati? Naključat ćemo se hrpom C, E i B vitamina te raznim zdravim napicima i antioksidantima da se oporavimo iznutra i to će se ubrzo vidjeti na koži. Kao prvo, morate se dobro naspavati jer se stanice kože brže obnavljaju noću tijekom sna! Koža se noću obnavlja osam puta brže i intenzivnije nego danju. Najbolje vrijeme za regeneraciju je između ponoći i 6 sati ujutro. Tada se izlučuje sve veća količina hormona kortizona koji pred jutro zaustavlja diobu stanica kože i čini je zdravom. No ako smo npr. pod stresom i poprilično smo taj hormon potrošili, on neće moći "narediti" stanicama da se prestanu dijeliti. Stanice epidermisa će nastaviti s diobom i tada će nastati problem – prhut, ljuskanje kože, crvenilo...

Kao drugo, ako ste zaboravili, vratite nazad naviku da pijete puno obične vode, dvije do tri litre dnevno. Koža nam je poslije blagdanskog raspoloženja dehidrirana i tako ćemo je hidratizirati iznutra.

A što možemo konkretno napraviti na licu da bismo odmah ponovo zdravo zablistali?

1. Pretpostavka je da redovno čistimo kožu lica, otklanjamo šminku i nečistoće s lica. Sada je svakako vrijeme da napravimo dobar piling. Moramo ukloniti nečistoće s kože lica te je oslobodili od odumrlih stanica koje začepuju pore. Svakako nam je to potrebno da bi svaki sljedeći proizvod koji naneseemo na kožu djelovao. Ukoliko je lice prekriveno nevidljivom nečistoćom i odumrlim stanicama, niti jedan proizvod koji naneseemo na nju neće djelovati jer će ostati na površini. Nakon upotrebe pilinga, koža lica će odmah biti svjetlija, nježnija i sjajnija.

Preporučam **Chanel MAXIMUM RADIANCE EXFOLIATING GEL** - jedinstveni piling koji će otkloniti sivi veo nečistoća koji skriva prirodni sjaj kože. Svilenkasta gel

tekstura, kombinacija praha bisera i ulja jojobe će zagladiti površinu kože te joj vratiti prirodan sjaj.

2. Nakon pilinga nam je potrebna maska za lice koja će kožu lica hidratizirati (jer je od upotrebe alkohola dehidrirana), zagladiti sitne linijice koje se pojave na dehidriranoj koži te je revitalizirati i vratiti prirodan sjaj (umorna i nečista koža je prekrivena neprirodnim sivkastim velom).

Preporučam **Guerlain SUPER AQUA masku** – ona će savršeno hidratizirati i revitalizirati kožu lica. Otklanja znakove umora, djeluje protiv starenja te vidljivo zaglađuje sitne linije. Nakon upotrebe ove maske koža lica je nježnija i svjetlija. Inače masku na lice i ostavite djelovati 10 minuta, ali u ovim poslije blagdanskim uvjetima, nanesite masku navečer umjesto noćne kreme i ostavite da djeluje tijekom noći.

www.irenamakeupartist.com