

Pet savjeta za guste i zdrave trepavice

Prije nego uzmete maskaru, bilo bi dobro da su vam trepavice duge, jake i zdrave. Kako ih negovati? Koje greške izbjegavati? Kako poboljšati zdravlje trepavica i stimulirati rast?

Zavodljiv pogled glumačke zvijezde ne dolazi samo zahvaljujući kvalitetnom make-upu: dobra i redovna njega je temelj, jer niti jedan make-up neće savršeno prekriti oštećene, suhe ili raspucale trepavice. Ako sanjate o prekrasnim trepavicama i neodoljivom pogledu, morate im dati i pravu njegu.

1. Uvijek (baš uvijek, čak i kad ste najumornije) - odstranite make-up!

Ne zaboravite odstraniti make-up, svaki puta, pa čak i ako ste imale baš ludi dan i preumorne ste. Sasušeni komadići maskare mogu slomiti nježnu strukturu dlake trepavica i pojačati njihovo ispadanje – a to sigurno ne želite.

2. Odaberite kvalitetne odstranjivače!

Najbrži i najsigurniji način je koristiti dvofazni odstranjivač make-upa koji će odstraniti i najjači voodootporan makeup. No ako vam je koža oko očiju izrazito osjetljiva, možete koristiti i njegujući losin za uklanjanje šminke. Zahvaljujući kremastoj formuli ovaj proizvod efikasno uklanja maskaru, a ne iritira i ne isušuje kožu. Tu su i micelarne otopine, samo trebate pronaći onu koju vama odgovara.

Savjet plus: Ne trljajte oko, niti ne pritišćite previše, jer takvi pokreti mogu otkinuti trepavice i iritirati oko. Trebate dobro natopiti blazinicu i nježno pritisnuti, držeći i do 10 sekundi, dozvoljavajući proizvodu da djeluje. I onda nježno obrisati oko, nekoliko puta.

3. Njeguajte trepavice

Zapamtite da trepavice zdravog čovjeka redovno ispadaju i ponovno rastu. To je prirodni proces, a možete ga ubrzati koristeći proizvode za njegu i stimuliranje rasta trepavica. Savjet plus: Možete isprobati mnogobrojna prirodna ulja: trepavice vole kada ih natopite maslinovim ili kokosovim uljem, ali pravi je eliksir ricinusovo ulje. Nanesite ga preko noći, nakon što ste dobro očistili sav makeup, i već nakon par dana primjetit ćete rezultate.

4. Pazite što jedete

Stanje vaše kože, kose i noktiju ima svoje korijene u stanju cijelog vašeg organizma. Ako su vam trepavice daleko od raskošnih, odustanite od praznih kalorija i brze hrane, smanjite unos kave jer ona ometa unos željeza, i unos povrća bogatog oksalatima koji blokiraju apsorpciju kalcija, cinka i magnezija. Odaberite proizvode koji vas opskrbljuju vitaminima A, D, B i nezasićenim omega-3 masnim kiselinama. Jedite ribu, jetru svinjetine, žuti sir, jaja i povrće kao što je mrkva i crvena paprika, koji imaju najveće količine vitamina A. Ova vrsta prehrane je korisna ne samo za trepavice, nego i za dobrobit cijelog organizam!

5. Naglasite zdrave trepavice

Uloženo vrijeme i trud će se isplatiti onaj tren kad ugledate svoje, sada duge i snažne, trepavice! Sada možete naglasiti svoju ljepotu s dobrom maskarom, poput nove Avonove Wide Awake maskare. Odaberite ovu maskaru s profiliranom četkicom u obliku pješčanog sata koja podiže trepavice i daje im dodatni volumen. Zarobite svojim pogledom!