

Питание, увлажнение кожи. Защита кожи.

Работу выполняла: Казина Анастасия 20К

Содержание

- Зимний уход
- Защита
- Уход на весь день
- Витамины

Зимний уход

- *В зимнее время уход за кожей лица должен быть еще более тщательным, так как она испытывает стресс из-за снижения температуры на улице и воздействия сухого воздуха в помещении. Зимой необходимо правильно увлажнять и питать кожу.*



Защита

- Утром, днем и вечером коже необходим разный уход.
- Утром лучше нанести крем за час перед выходом из дома. Крем ложится невидимой пленкой на кожу и тем самым предохраняет ее от внешнего воздействия.
- Чтобы защитить кожу вокруг глаз, важно использовать средство, предназначенное именно для этой зоны, так как кожа вокруг глаз тоньше и плотная текстура многих косметических средств ей попросту не подходит, она тяжелая и становится причиной морщинок.

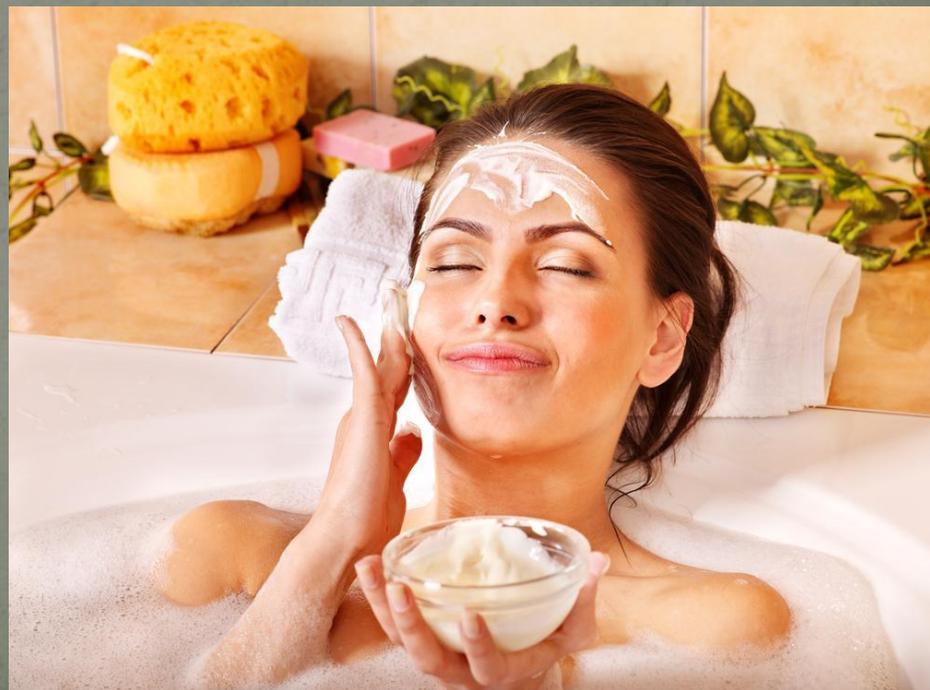
Уход на весь день

- В течение дня, если ты проводишь большую часть времени в помещении, кожа из-за сухого воздуха требует дополнительного увлажнения. Поэтому стоит использовать 2-3 раза в день специальный увлажняющий спрей и не забывать пить воду.
- Вечером для очищения кожи подойдут гели, лосьоны или мицеллярная вода.
- В отличие от мыла мицеллярная вода не сушит кожу, мягко удаляет остатки косметики и питает кожу.

Витамины

- При выборе косметики для зимнего ухода за кожей необходимо учитывать ее состав. Помимо растительных масел важно, чтобы крем содержал витамины А и Е.
- Не стоит забывать и о дополнительных средствах, которые мы используем не на постоянной основе. К ним относятся скрабы и маски.

В качестве дополнительного питания подойдут маски, в состав которых входят природные компоненты: мед, алоэ, растительные масла.



Литература

- <http://edinstvennaya.ua/fashion-beauty/care/1959-pitanie-ili-uvlazhnenie-poymi-svoyu-kozhu>