



Cum să ne pregătim pielea pentru vară și cum să o îngrijim în acest anotimp



YOLANDA COSMETICS
IMPORTATOR SI DISTRIBUTOR
COSMETICA PROFESIONALA

de Yolanda Frenkel,
estetician, fondator Yolanda Cosmetics

Incă din copilărie așteptam cu nerăbdare sosirea verii. Semnalul era atunci când aveam voie să încălț sandale. Ce voluptoasă senzație de libertate să simt aerul atingându-mi pielea și o ușurință a pasului când piciorul este în libertate! Ce am simțit atunci simt și acum în prag de sosire a verii pe care o aștept cu brațele deschise după o iarnă destul de lungă și grea.

Prin cap mișună diverse idei de vacanță, cum să-mi primenesc garderoba de vară și bineînțeles că, în perspectiva descoperirii unei mari suprafețe din piele, încep să mă uit cu un ochi critic în oglindă, pentru a vedea ce se poate îmbunătăți, înfrumuseța și, din păcate, uneori ascunde. Ah, kilogramele, de ce nu m-am gândit la ele atunci când mă înfruptam din toate bunătățile? Dieta fiind un subiect dureros, prefer să-l agăț în cui pentru moment și să vă povestesc despre subiectul drag mie, îngrijirea pielii. Și, cum vara bate la ușă, despre cum îmi pregătesc pielea pentru vară.

Îmi place să mă simt bine în pielea mea, la propriu și la figurat, și îngrijirea pielii este pentru mine un adevărat răsfăț pe care îl datorez atât mie cât și celor care mă înconjoară, pentru respectul de sine și față de ceilalți.

Cum mă pregătesc:

- Pedichiura este obligatorie, dar nu suficientă. În fiecare seară, imediat după duș, iau acea paletă acoperită pe ambele părți cu hârtie de sticlă și frec bine talpa piciorului, mai ales călcâiul, unde se produc, de obicei, crăpături și piele uscată, atât de inestetice. Frec călcâiul cu această paletă până simt că pielea a devenit netedă. Apoi fac masaj cu crema de picioare **Rosemary foot cream (Dr. Kadir)**. Senzația este nemaipomenit de plăcută, și-mi simt picioarele lejere și aspectuoase.
- Manichiura săptămânală și aplicarea unui lac în culori deschise sunt de la sine înțelese.
- Epilatul este obligatoriu. Doar vrem să fim feminine.



- Încep prin a aplica zilnic o cremă cu factor de protecție, din vârful degetelor și până la începutul mâneții. **Sun control 2000 waterproof cu SPF 33 (Dr. Kadir)** este o cremă lejeră, non-grasă, care-mi protejează pielea de razele solare. Vreau ca acele pete maronii, așa-zise „de bătrânețe”, să apară cât mai târziu.

- Exfolierea tenului este și ea importantă. Cu toate că îmi fac lunar tratamente cosmetice de regenerare cu renumitele peelinguri Dr. Kadir, cum începe vremea să se încălzească, îmi fac săptămânal acasă, seara,

înainte de culcare, un peeling cu acizi de fructe în concentrație de 10%, **Intensive Peeling Alpha Hydroxy (Dr. Kadir)**. Acesta îmi dizolvă în 7 minute celulele moarte, lăsându-mi pielea netedă, luminoasă și catifelată.



- În fiecare dimineață aplic pe ten o cremă hidratantă cu factor de protecție, iar după 15-20 de minute aplic crema colorată cu SPF 30 **Protective Moisturizer (Dr. Kadir)**, care de

fapt este un demi-fond de ten. Nici nu se observă că am fond de ten, atât de natural arată, iar eu sunt mai bine protejată, atât contra razelor UV-A cât și a celor UV-B.

Și cu această ocazie vreau să împărtășesc cu voi ceva foarte important, de care fiecare ar trebui să ia notă, dar pe care foarte puține persoane îl observă:

- *Știați că trebuie să aplicați crema cu SPF cu 30 de minute înainte de expunerea la soare, iar factorul de protecție este valabil doar 2 ore? Cu alte cuvinte, în timpul expunerii trebuie reaplicată crema la fiecare oră. În weekend, când mă expun mai mult, exact așa fac. Stratul de cremă cu protecție trebuie să fie aplicat cu „dărnicie”, altfel nu își face treaba.*

- Pălăria cu boruri mari nu-mi lipsește când merg pe jos. O caschetă este șic, dar nu acoperă suficient.



- Când îmi fac dușul de dimineață, frec tot corpul cu **Green Tea shower scrub (dr. Kadir)**, alcătuit din particule fine ce-mi masează pielea și îndepărtează celulele moarte acumulate pe timp de iarnă pe brațe, coapse etc. Și știți ceva? Bronzul se va așeza mult mai uniform pe pielea. Poate din această cauză mi se spune că am pielea de mătase.



Mai am multe să vă povestesc, dar spațiul ne limitează. Vă aștept în ediția viitoare cu sfaturi pentru îngrijire pe timp de vară.