

Aveți grijă de pielea voastră!

de Yolanda Frenkel, estetician, fondator Yolanda Cosmetics

Media este plină de informații și sfaturi de înfrumusețare. Pentru o persoană ce nu face parte din domeniu, dar vrea să se îngrijească corect, urmărind tot ce apare la televizor, pe net sau în presa scrisă, poate fi foarte derutant. Și totuși, cum putem ști ce ni se potrivește și ce nu?

Fără ajutorul specialistului în materie chiar nu știm. Pentru a preveni diverse situații deranjante sau cheltuieli inutile, vă recomand să apelați întotdeauna la sfatul specialistului, deoarece acesta vă poate îndruma și vă poate oferi cel mai corect tip de îngrijire personalizată. Nu uitați că fiecare persoană are alt organism, altă vârstă, alt mod de viață, și suntem foarte diferiți unii de alții din multe puncte de vedere.

Deci, când doriți să începeți o îngrijire mai performantă pentru a vă îmbunătăți aspectul pielii, nu uitați de sfatul specialistului și rețineți că **PERSONALIZAREA** îngrijirii este cuvântul cheie.

O revizuire a cunoștințelor în materie de îngrijire este întotdeauna benefică. Iată câteva sfaturi și noțiuni importante:

- Știți că pielea este organul cel mai mare din corpul nostru? Tratați-l ca atare, cu grijă și respect.
- O vizită periodică la medicul dermatolog este obligatorie. Controlul cu lupa, făcut de acesta pe tot corpul, pentru a depista mici leziuni care pot fi periculoase, este foarte important.
- Vizitați periodic un cabinet cosmetic și aveți încredere în cosmeticiană; dacă știți că este o profesionistă desăvârșită, rugați-o să fie atentă la toate alunițele, pețele și diversele formațiuni apărute pe piele, mai ales în locurile pe care vă este greu să le observați. Poate face acest lucru cu ușurință în timpul depilării sau al tratamentului cosmetic. Vizita la cosmeticiană nu înlocuiește vizita la doctorul dermatolog, dar vă poate avertiza de o schimbare în mărimea, culoarea și dimensiunile unui vechi neg sau semn de naștere, putând astfel preveni neplăceri în faza incipientă.
- Dacă aveți pe piele un neg cu un firicel de păr, acest firicel nu trebuie smuls; de asemenea, nu permiteți să fie înlăturat cu

ceară deoarece această procedură poate declanșa o dezvoltare necontrolată a unor celule.

- Indiferent de anotimp, crema hidratantă, aplicată zilnic, trebuie să conțină filtre contra razelor solare. Un SPF 15 este suficient pe timp de iarnă, dar vara este necesar un SPF 30, de dorit cu textură lejeră pentru a nu încălca tenul. Din aceeași cauză nu vă recomand SPF 50. Este mai greu ca textură, dar gradul de protecție este similar celor cu SPF 30, adică 97%. Pentru o revizuire a cunoștințelor, iată care sunt gradele de protecție: SPF 15 – acoperă 94% din razele solare; SPF 30 și SPF 50 – acoperă 97% din razele solare. Pentru o protecție mai eficientă vă recomand să aplicați în fiecare zi, la 20 de minute după aplicarea cremei hidratante cu SPF, un fond de ten, de asemenea cu SPF (Silk Liquid make-up – Dr. Kadir) sau o cremă colorată (Protective Moisturizer SPF 30 – Dr. Kadir), ambele acoperind peste 90% din razele ultraviolete. De altfel, majoritatea cremelor hidratante marca Dr. Kadir conțin filtre ce acoperă peste 90% din radiațiile solare.

- Când vă expuneți la soare, în excursie, la plajă, picnic la iarbă verde sau chiar



într-o plimbare în aer liber, nu uitați să vă acoperiți capul cu o pălărie cu boruri mari, pentru a proteja tenul, gâtul și decolteul. Sunt foarte elegante și la modă, protejând o suprafață mult mai mare decât o caschetă. Protejarea tenului contra razelor solare este primul pas în tratamentele de depigmentare. Niciun tratament de acest gen nu poate reuși dacă nu conștientizăm, înainte de a-l începe, cât de importantă este disciplina pentru obținerea unei protecții maxime.

Și nu uitați că sănătatea pielii este mai presus de orice. Sănătate înseamnă frumusețe și tinerețe.

Datorită numeroaselor întrebări primite la SFATUL YOLANDEI am decis să alocăm periodic o zi în care cine va dori își va face o programare pentru a primi o diagnoză și o recomandare de îngrijire potrivită tenului său, gratuit. Zilele respective vor fi anunțate pe facebook.

