

Ukryte atuty

Otulając się golfami
i szalami, zapominamy, że przyjdzie czas,
kiedy rozepniemy bluzki i włożymy wycięte sukienki.
Dobre kremy na szyję, dekolt i biust przygotowują nasze kobiece atuty
do wiosny.

Autor: Anna Ławniczak

Noś głowę wysoko. Nie chodzi tu wcale o manifestowanie dumy i wyższości.
Kiedy prostujesz kręgosłup i podnosisz podbródek, lepiej eksponujesz biust i chronisz szyję przed
zmarszczkami. Trzeba też pamiętać o codziennej pielęgnacji skóry szyi. Dobrze nawilżona i
wspomagana składnikami opóźniającymi starzenie, długo zachowa dobrą kondycję.
Raz w tygodniu przyda się piling, czyli delikatne złuszczenie połączone z masażem. Stosuj łagodne
kosmetyki. Skóra szyi jest cienka, słabo natłuszczona i łatwo ją podrażnić. Lepsze więc będą pilingi
z syntetycznymi drobinkami ścierającymi, które mają kształt kulek, np.
Łagodny peeling oczyszczający, Avene z dodatkiem wody termalnej i odrobiną wspomagającego
złuszczenie kwasu salicylowego lub Delikatny peeling
fizjologiczny, La Roche Posay z pudrem z rozdrobnionych okrzemek. Obydwa mają
konsystencję żelu, co sprawia,
że nie drażnią skóry. Masuj skórę łagodnie, ruchami głaszczącymi od dekoltu do podbródka, a sam
podbródek okrężnymi. Potem nałóż odpowiedni krem. Powinien mieć bardzo lekką konsystencję,
ale musi być
bogaty w składniki. Sięgnij po
Elixine Multiaktywne napinające serum na szyję i dekolt,
firmy Iwostin ze specjalnym
lipopolimerem zwiększającym sprężystość skóry oraz trokserutiną zapobiegającą pękaniu naczynek
krwionośnych. Bardzo dobry jest również krem na szyję i dekolt AA Fitocitrus, firmy Oceanic.
Kosmetyk
zawiera fitohormony, wit. A, E i C oraz cząsteczki odbijające światło, optycznie wygładzające
zmarszczki.

Z dekoltem ci do twarzy

Różne kłopoty, które mamy z tym kawałkiem ciała, wynikają głównie z grzechu zaniechania. Latem
skąpimy mu kremów z filtrem, choć to miejsce szczególnie przyciągające promienie. Zimą
zapominamy o nawilżaniu i natłuszczaniu. Skóra dekoltu jest równie cienka i delikatna jak ta wokół
oczu. Ma niewiele gruczołów łojowych, dlatego łatwo się przesusza i traci elastyczność. Dekolt nie
lubi staników typu push-up, które podnoszą piersi. Mięśnie klatki piersiowej, które je podtrzymują,
wiotczeją, gdy nosimy taki biustonosz, a to odbija się też na wyglądzie skóry. Jeśli chcesz mieć
ładny dekolt, staraj się też nie spać na brzuchu, bo skóra się wówczas zagniata. Kosmetyki nakładaj
zawsze w kierunku od piersi ku brodzie. Do pielęgnacji dekoltu koniecznie włącz piling oraz
masaż. Używaj pilingu takiego samego jak do twarzy i szyi lub stosuj preparat
enzymatyczny, np. piling
enzymatyczny do twarzy
Masło Shea, firmy L'Occitane lub Pharmaceris N Puri
Capeeling do cery naczynkowej.
Ujędrniająco działa zimno. Kończ więc kąpiel chłodnym tuszem na biust i dekolt. Wypróbuj też
domowy sposób: rozpuść w litrze zimnej wody garść soli kuchennej. Zamocz w niej ściereczkę lub
mały

ręcznik i połóż na dekolcie.

Sól ma dodatkowe działanie ujędrniające. Francuzki przykładają na dekolt ręcznik schłodzony w lodówce albo masują go kostkami lodu. Pielęgnacja minimum to smarowanie dekoltu tym samym kremem co twarz. Pamiętaj jednak, by nakładać go od piersi ku brodzie, a nie „zjeżdżać” kremem w dół. Jeśli chcesz się dobrze zaopiekować skórą dekoltu, zainwestuj w kosmetyk specjalnie dla niego. Czasem są to kremy na szyję i dekolt, czasem do biustu i dekoltu. Dermika StemLift krem do szyi i dekoltu zawiera roślinne komórki macierzyste stymulujące produkcję kolagenu. Ujędrnia więc skórę. Dr Irena Eris Fortesimo na szyję i dekolt pielęgnuje skórę zwiotczałą, cienką z oznakami starzenia się. Auriga Flavonex, krem ujędrniający do szyi i dekoltu zawiera fitohormony i nadaje się do skóry dojrzałej. Intensive Seno Serum Cryo-Tenseur marki Rilastil ujędrnia dekolt oraz biust.

Zadbany biust

Pielęgnacja tych krągłości

stokrotnie się opłaca, ale warto zachować rozsądek. Kremy do biustu nie powiększą go ani nie zmienią kształtu. Także kapsułki do łykania, reklamowane jako powiększające piersi, nie spełnią twoich oczekiwań. Podstawową inwestycją pielęgnacyjną powinien być odpowiedni stanik. Zwykle kupujemy za luźne w obwodzie i ze zbyt małymi miseczkami. Korepetycje z ustalania rozmiaru znajdziesz w internecie, np. lobby biuściastych lub www.stanikomania.blox. Złote zasady: obwód pod biustem mierzymy na wdechu i zaokrąglamy w dół, np. jeśli wypadło 82 cm, to kupujemy stanik o obwodzie

80 cm. Obwód biustu natomiast mierzymy lekko pochylone,

tak by nie spłaszczyć piersi

centymetrem. Różnica między obwodem pod biustem a obwodem w biuście będzie wskazówką wielkości miseczek:

12–13 cm rozmiar A,

14–15 cm rozmiar B,

16–17 cm rozmiar C,

18–19 cm rozmiar D,

20–21 cm rozmiar E,

22–23 cm rozmiar F,

23–24 cm rozmiar G.

Idealny biustonosz uszyje gorseciarka. Kosztuje to ok. 100 zł, a więc mniej niż kupno biustonosza luksusowej firmy. Warto zainwestować też w kosmetyk pielęgnacyjny do biustu. Działa na skórę, która jest naszym naturalnym biustonoszem. Jędrna i elastyczna utrzymuje bowiem kształt piersi.

Ujędrniaj biust, masując piersi chłodnym tuszem lub kostkami lodu. Rób to okrężnymi ruchami. W podobny sposób nakładaj kremy. Masz do wyboru: krem ujędrniający biust Body Shaping

Lirene z wyciągiem z noni

oraz folacyną, wit. E i olejkami

migdałowym oraz brzoskwiniowym, Krem-żel modelujący biust Elancyl, Serum ujędrniające biust

AA Espresso Slim z wyciągiem z kasztanowca i azjatyckiej rośliny chih mu, Bust Lift Creme

Modelage (modelująco-ujędrniający krem do biustu) firmy Lierac z peptydami, kwasem

hialuronowym i kwasami

owocowymi.