



ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΟΜΟΡΦΙΑΣ

Οι ειδικοί στη φροντίδα του δέρματος απαντούν και προτείνουν

Ασφαλές υπέροχο καλοκαίρι

Ο Dr Fernandes και η Jane Iredale σχεδίασαν για εμάς όλα τα απαραίτητα εφόδια για προστασία της επιδερμίδας από την ακτινοβολία. Φορέστε το αγαπημένο σας καπέλο, αφήστε πίσω σας τις έννοιες της καθημερινότητας, χαλαρώστε και απολαύστε το μοναδικό ελληνικό καλοκαίρι. *Είμαστε καλυμμένοι!*



Χρυσός κανόνας για ασφάλεια στον ήλιο από τον Dr. Des Fernandes:

Εφαρμόστε αρκετή ποσότητα αντιηλιακού τουλάχιστον 20 λεπτά πριν από την έκθεση στον ήλιο. Τα αντιηλιακά με την πάροδο του χρόνου αποδυναμώνονται και γι' αυτό συνιστάται η επανάληψη της χρήσης τους τουλάχιστον κάθε 2 ώρες. Ακόμα και το "αδιάβροχο αντιηλιακό" φεύγει αν ιδρώσετε ή κολυμπήσετε και σκουπιστείτε, αλλά πάνω απ' όλα αποδυναμώνεται, όπως όλα τα υπόλοιπα και επιτρέπει τη δημιουργία ελευθέρων ριζών.

"Το μαύρισμα είναι ουλή. Η μη προστατευμένη έκθεση στον ήλιο είναι σαν να κάθεστε σε μια χρονομηχανή σε fast-forward..."
Dr Des Fernandes

Παράδοξο αλλά αληθινό...

Για τη δημιουργία βιταμίνης D απαιτείται 20' έκθεση στον ήλιο, ενώ μετά τα 20 λεπτά έκθεσης, η βιταμίνη D καταστρέφεται από την ακτινοβολία UV-A!! Έτσι, η παρατεταμένη έκθεση στον ήλιο μπορεί τελικά να προκαλέσει μείωση της βιταμίνης D!

Τι είναι ο δείκτης SPF;

Ο SPF είναι ένας αριθμός που δείχνει πόση περισσότερη ώρα μπορεί το δέρμα να παραμείνει στον ήλιο με το αντιηλιακό πριν οι ακτίνες UVB να προκαλέσουν ερεθισμό, σε σχέση με το χρόνο που χρειάζεται το δέρμα σας για να κοκκινίσει χωρίς αντιηλιακό προϊόν. Ουσιαστικά ο SPF σας δίνει μια ιδέα του πόση ώρα μπορείτε να παραμείνετε στον ήλιο χωρίς να καείτε. Για παράδειγμα, αν συνήθως καίγεστε μετά από 10 λεπτά έκθεσης χωρίς αντιηλιακό και έχετε χρησιμοποιήσει μια γενναιόδωρη δόση αντιηλιακού με SPF 15, θα είστε προστατευμένοι από το ηλιακό έγκαυμα για (10x15 SPF)150 λεπτά. ΟΜΩΣ: Αυτό δε σημαίνει πως είστε προστατευμένοι από τις βλάβες που προκαλούν οι υπόλοιπες ακτινοβολίες, καθώς ο SPF δε μετράει την προστασία από τη UVA που προκαλεί γήρανση, δυσχρωμίες και καρκίνο.

Τα φυσικά αντανάκλαστικά αντιηλιακά φίλτρα δίνουν άμεση προστασία, δεν οξειδώνονται και είναι φιλικά και προς τα πιο ευαίσθητα δέρματα. Ζητήστε πληροφορίες για τη σύνθεση του αντιηλιακού σας.



**RAD: Η επιλογή των ειδικών
Εκμεταλλευτείτε την
τιμή γνωριμίας της Νέας
RAD με 33% περισσότερο
προϊόν.**

Για ποιο λόγο δε συστήνονται πλέον τα αντιηλιακά με υψηλό SPF;

- Κατ' αρχήν προσφέρουν ψευδή αίσθηση ασφάλειας με επίπτωση στη δημόσια υγεία, καθώς οι περισσότεροι δε γνωρίζουν ότι ο δείκτης SPF αφορά μόνο την προστασία από την υπεριώδη ακτινοβολία UV-B και όχι και τη UV-A.
- Ένα υψηλό SPF μπορεί να εμποδίσει το σχηματισμό βιταμίνης D3 στο δέρμα με αποτέλεσμα σοβαρές επιπλοκές (οστεομαλάκυνση, ραχίτιδα σε παιδιά, οστεοπόρωση, αύξηση της πιθανότητας ανάπτυξης καρκίνου του εντέρου, του στήθους και του προστάτη). Τα αντιηλιακά με χαμηλό SPF δεν επηρεάζουν τη δημιουργία βιταμίνης D, η οποία προϋποθέτει την έκθεση στην υπεριώδη ακτινοβολία UV-B.
- Σε αυτό το στάδιο της έρευνας δεν υπάρχει επαρκής εμπειρία για να επιβεβαιώσουμε ότι είναι ασφαλής η χρήση χημικών αντιηλιακών φίλτρων για μια τόσο μεγάλη χρονική περίοδο. Εφόσον πρόκειται να χρησιμοποιούμε καθημερινά κάποιο αντιηλιακό φίλτρο για τα επόμενα 50 - 70 χρόνια, θα πρέπει να κρατήσουμε τα επίπεδα χαμηλά, μειώνοντας το δείκτη στο χαμηλότερο δυνατό επίπεδο που να είναι ταυτόχρονα αποτελεσματικός, έτσι ώστε να ελαχιστοποιήσουμε οποιεσδήποτε τυχόν παρενέργειες.



ENVIRON™

Τα προϊόντα Environ® δεν περιέχουν χημικές χρωστικές ουσίες, δε φράζουν τους πόρους και δε δημιουργούν μαύρα στίγματα.

Τα προϊόντα Environ® δοκιμάζονται μόνο σε εθελοντές και όχι σε ζώα.



Συμβουλή: Αν έχετε δέρμα με δυσχρωμίες χρησιμοποιήστε σωστά τα αντιηλιακά σας, ανανεώνετε το τακτικά και ενισχύστε

την άμυνα της επιδερμίδας σας χρησιμοποιώντας συμπληρωματικά το Intensive Antioxidant gel 2-3 φορές την ημέρα.

Στιγμαία ανανέωση αντιηλιακού, φυσικά...

Ακούμε συχνά γυναίκες να παραδέχονται πως δεν ανανεώνουν την αντιηλιακή τους προστασία όσο συχνά πρέπει (ή καθόλου) επειδή είναι μακιγιαρισμένες ή δεν έχουν χρόνο. Η Jane σχεδίασε το Powder με SPF 30, ένα αντιηλιακό σε μορφή πούδρας που μπορεί να χρησιμοποιηθεί ακόμα και πάνω από το μακιγιάζ για ανανέωση της αντιηλιακής προστασίας. Εφαρμόζεται πανεύκολα με το ενσωματωμένο σφουγγαράκι, δίνει άμεση προστασία ευρέως φάσματος και προσδίδει άψογη εμφάνιση.



Το Powder με SPF 30 περιέχει φυσικά αντιηλιακά φίλτρα, είναι αδιάβροχο και προτείνεται από τον Skin Cancer Foundation.

Δοκιμάστε τη νέα απόχρωση Golden σήμερα!

Ξεδιψάστε την επιδερμίδα σας

Η επιδερμίδα μας το καλοκαίρι έχει ανάγκη από δροσιστικά ροφήματα και κοκτέιλ βιταμινών όπως κι εμείς! Προσφέρετε ενυδάτωση, τροφή και αντιοξειδωτική προστασία με ένα από τα τρία Hydration Sprays της Jane Iredale. Αν είστε μακιγιαρισμένη έχετε έναν επιπλέον λόγο να τα προτιμήσετε, καθώς ανανεώνουν, φρεσκάρουν και σταθεροποιούν το μακιγιάζ.

Δοκιμάστε τα και βρείτε αυτό που σας ταιριάζει.





Μακιγιάζ για την πλαζ σε 3´ Επιτέλους έφτασε η ώρα!

Επιδερμίδα: Θα χρειαστείτε μια βάση όπως η **Dream tint** ή η **Purepressed base** στο χρώμα του δέρματός σας και ένα πινέλο ή φουγγάρι για το άπλωμα. Οι βάσεις είναι ανθεκτικές στο νερό και δε θα σας προδώσουν ποτέ. Επίσης παρέχουν σίγουρη προστασία από τη UVA & UVB με τη σφραγίδα του Skin Cancer Foundation. Αν έχετε σπυράκια να έχετε μαζί σας το θεραπευτικό concealer **Zap & Hide** για αντισψία και απόλυτη κάλυψη.

Μάτια: Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε ένα **Eye gloss** σε γήινους τόνους (δε φεύγουν ούτε μετά από μακροβούτι και απλώνονται τέλεια με τα δάχτυλα). Απλώστε το σε όλο το κινητό βλέφαρο ή χρησιμοποιήστε το σαν eyeliner για το περίγραμμα των ματιών.

Χείλη-ζυγωματικά: Χρησιμοποιήστε το κρεμώδες ρουζ **In touch cream blush** στα ζυγωματικά και στα χείλη. Απλώστε με τα δάχτυλα.



**Για τις τυχερές που θα μείνουν στην παραλία και μετά τη δύση του ηλίου... Λίγη black brown mascara και ανανέωση του cream blush στα χείλη (με γεύση και φυσικό άρωμα βούτυρου κακάο) είναι ότι πρέπει! Καλή διασκέδαση!*

Σύμμαχος ντεμακιγιάζ για τις διακοπές

Είναι το μαγικό γάντι που θα αφαιρέσει όλο το μακιγιάζ σας μόνο με λίγο χλιαρό νερό. Οι μαγικές ιδιότητες του **Magic Mitt** οφείλονται στην πλέξη μιας πολύ λεπτής ίνας που καθαρίζει σε βάθος και ταυτόχρονα σέβεται την επιδερμίδα. Καθαρίστε το με απλό σαπούνι από τα υπολείμματα του βραδινού μακιγιάζ και...
όνειρα γλυκά!



Το μακιγιάζ jane iredale είναι μακιγιάζ μελετημένο με φροντίδα, αγάπη και υπευθυνότητα από μια γυναίκα για όλες τις γυναίκες. Δοκιμάστε το!

i **Γνωρίζετε ότι...** Οι ορατές βλάβες από την ακτινοβολία αρχίζουν να γίνονται εμφανείς περίπου μετά την ηλικία των 20 σε άτομα που έχουν δεχτεί τη συνηθισμένη έκθεση στον ήλιο χωρίς προστασία; Σε τέτοιους καιρούς περιβαλλοντικής υποβάθμισης, η θεραπεία με βιταμίνη Α θα πρέπει να ξεκινά πριν αυτές οι βλάβες εκδηλωθούν, καθώς αποτελεί πλέον δεδομένο πως η βιταμίνη Α είναι απαραίτητη για τη διατήρηση της υγείας της επιδερμίδας.

Το καθαριστικό των διακοπών

Η ιδανική επιλογή για τον καθαρισμό της επιδερμίδας σας κατά τις διακοπές είναι το **Sebuwash** της Environ. Είναι υγρό καθαριστικό χαμηλού αφρισμού, κατάλληλο για όλες τις επιδερμίδες και χάρη στο έλαιο τειόδεντρου που περιέχει (με αντισηπτική και αντιμυκητιακή δράση) σας προστατεύει από μολύνσεις και εξάρσεις ακμής.
Χρησιμοποιήστε το και στο σώμα.



Προστασία για μετά τον ήλιο

Τα προϊόντα AVST™ Body Oil και Body Cream, αντικαθιστούν τις χαμένες βιταμίνες στο δέρμα σας σε τρεις ώρες μόνο. Ενώ, με μια διατροφική πλούσια σε βιταμίνες απαιτούνται επτά ολόκληρες μέρες για να αναπληρωθούν οι απαραίτητες ποσότητες των βιταμινών στα κύτταρα του δέρματος.



Γνωρίζετε ότι... Οι αντιοξειδωτικές βιταμίνες C, E και β-καροτίνη, ενισχύουν τη δράση του αντηλιακού, καταπολεμούν τις ελεύθερες ρίζες και συνεχίζουν τη δράση τους ακόμα και όταν το αντηλιακό έχει φύγει από το δέρμα.

Γιατί Antioxidant gel;

Το καλοκαίρι, περισσότερο από ποτέ η επιδερμίδα μας χρειάζεται τη μέγιστη δυνατή ποσότητα ετοιμοπόλεμων αντιοξειδωτικών για να ενισχύουν το αντηλιακό μας και να εξοντώνουν τις ελεύθερες ρίζες που προκαλεί ο ήλιος στο δέρμα μας. Ο Dr Fernandes σχεδίασε για μας το Environ Antioxidant gel – ένα κοκτέιλ πανίσχυρων αντιοξειδωτικών σε μια φόρμουλα φιλική και για την πιο ευαίσθητη ή ερεθισμένη επιδερμίδα. Προλαμβάνει τη γήρανση, το σχηματισμό δυσχρωμιών και την επιμόλυνση της επιδερμίδας (χάρη στο Australian Tee tree oil).

Δοκιμάστε το σήμερα!



Προστατέψτε τα χείλη των παιδιών σας

Μην ξεχνάτε να προστατεύετε τα ευαίσθητα χείλη των παιδιών από την ηλιακή ακτινοβολία. Το Lip Drink της jane iredale με φυσικά συστατικά και υπέροχη γεύση πιστοποιήθηκε από τον Skin Cancer Foundation για την αποτελεσματική αντηλιακή προστασία που παρέχει και είναι κατάλληλο για όλη την οικογένεια.



Θυμηθείτε: Να εφαρμόζετε πάντα αντηλιακή προστασία στα αυτιά και τον αυχένα των παιδιών αλλά και των ... μεγάλων παιδιών.

Η μάσκα πολλαπλών χρήσεων από την Environ

Η μάσκα AVST Hydrating Exfolient Masque είναι δημιούργημα του Dr. Des Fernandes, ο οποίος σύμφωνα με το ηλεκτρονικό περιοδικό της διεθνούς ελίτ, Insignia Magazine, είναι δος στη σειρά των 10 καλύτερων πλαστικών χειρουργών του κόσμου (www.insignia.co/voice-of-luxury). Στόχος του ήταν να σχεδιάσει ένα πολυχρηστικό και εύχρηστο και παράλληλα προσιτό προϊόν. Η μάσκα ενυδατώνει, καθαρίζει και ανανεώνει όλους τους τύπους δέρματος και χρησιμοποιείται με 3 διαφορετικούς τρόπους. Η AVST Hydrating Exfolient Masque είναι ιδανική για την ενυδάτωση της επιδερμίδας που έχει ταλαιπωρηθεί από τον ήλιο και τη θάλασσα και προσφέρει άμεσα και ορατά αποτελέσματα.

Ρωτήστε την αισθητικό σας για τους 3 διαφορετικούς τρόπους χρήσης της.



εκδότης:



CHRYSTALLIS
PRODERMA

www.chrysalis-proderma.gr

Θέλετε να λαμβάνετε το Newsletter μας σε ηλεκτρονική μορφή;

Δώστε το e-mail σας στην αισθητικό σας και ενημερωθείτε πρώτοι για τα νέα και τις προτάσεις μας.

Σφραγίδα κέντρου αισθητικής