



Madame Figaro ΟΜΟΡΦΙΑ  
ΦΡΟΝΤΙΔΑ

## ΕΝΥΔΑΤΩΣΗ

Είναι απαραίτητη σε όλες τις ηλικίες. Οι κρέμες που περιέχουν υαλουρονικό οξύ διαφυλάσσουν την υγρασία της επιδερμίδας, γιατί η σπογγώδης υφή του συγκρατεί το νερό και διατηρεί τη φρεσκάδα του προσώπου. Στις μεγαλύτερες ηλικίες, το υαλουρονικό οξύ, όπως π.χ. το Restylane, εφαρμόζεται ενέσιμα στις ρυτίδες από τους ειδικούς και ανανεώνει το δέρμα σε βάθος και για πολύ χρόνο.

## ΖΩΗ

Ο κύκλος της ζωής λειτουργεί στο δέρμα μας όπως και σε όλο τον οργανισμό. Κάθε 28 ημέρες στις μικρές ηλικίες και κάθε 32 στις μεγαλύτερες τα κύτταρα της κεράτινης στοιβάδας ανανεώνονται, δηλαδή κάποια «πεθαίνουν» και γεννιούνται νέα κύτταρα. Η διατροφή, η άσκηση, ο ποιοτικός ύπνος και η κατάλληλη φροντίδα στηρίζουν και δίνουν δύναμη στο δέρμα – και γενικά στο σώμα – ώστε να αναγεννιέται.

## ΗΛΙΟΣ

Η υπεριώδης ακτινοβολία και, κυρίως, οι ακτίνες UVA προκαλούν αλυσιδωτές οξειδώσεις, με

Για να διατηρείται υγιές και να ανανεώνεται, όπως καθετί ζωντανό, το δέρμα χρειάζεται νερό, τροφή και προστασία. Υπάρχουν κρέμες που δίνουν όλα αυτά τα στοιχεία στην επιδερμίδα του προσώπου μας.

αποτέλεσμα να εμφανίζονται στο δέρμα σημάδια πρόωρης γήρανσης, απώλεια τόνου και αφυδάτωση. Στις χώρες με υψηλή ηλιοφάνεια πρέπει να φοράμε αντηλιακή κρέμα με μέση προστασία –όχι πάνω από 15– όλο το χρόνο για να διατηρούμε την επιδερμίδα μας υγιή.

## ΘΑΛΑΣΣΙΟΣ ΠΛΟΥΤΟΣ

Τα φύκια των ωκεανών περιέχουν συστατικά πλούσια σε στοιχεία, όπως το ασβέστιο, το ποτάσιο και το μαγνήσιο. Αυτά τα συστατικά, που λέγονται θαλάσσια, δημιουργούνται στο εργαστήριο κάτω από ιδανικές συνθήκες και αποτελούν τη βάση για πολλά καλλυντικά φροντίδας, όπως οι κρέμες La Mer και Marine Biology της La Prairie.

## ΙΑΜΑΤΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ

Το νερό των ιαματικών πηγών είναι θαυματουργό για το δέρμα, γιατί καθώς περνά από το βάθος της γης εμπλουτίζεται με πολύτιμα μέταλλα, ικνοστοιχεία και άλατα. Στην κοσμητολογία αποκαλείται Plancton Thermal ή παίρνει την ονομασία της πηγής από την οποία προέρχεται, όπως Vichy και Avène.



Κρέμα κατά των ρυτίδων και της χαλάρωσης Revitalift της L'Oréal Paris. Ενυδατική κρέμα προσώπου της Environ. Κρέμα ενυδάτωσης και σύσφιξης Complete Lift της Roc (στα φαρμακεία). Κρέμα αναδόμησης Vital Restore SPF 15 της Garnier. Κρέμα ανανεώσεως για πρόσωπο, μάτια και λαιμό Wake-Up της Olay. Γαλάκτωμα ανανέωσης της Wake-Up Lotion της Clarins. Κρέμα θρέψης και αναδόμησης Bepanthol Ultra (στα φαρμακεία). Αντιγηραντική κρέμα Skin Vivo της Biotherm. Συμπλήρωμα διατροφής για σφιγνή επιδερμίδα Innéon Firmness (στα φαρμακεία).

ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ