Informacja prasowa Łódź, 31.03.2021 r.

**Marzysz o zdrowej i pięknej skórze? Zdradzamy tajniki wiosennej pielęgnacji!**

**Coraz dłuższe i cieplejsze dni bez wątpienia zwiastują nadejście wiosny. Nowa pora roku to dobry moment na zmiany w codziennej rutynie pielęgnacyjnej oraz na porządki w kosmetyczce. Zmęczona po zimie skóra potrzebuje odpowiedniego traktowania i intensywnej regeneracji. Podpowiadamy jakie zmiany w pielęgnacji wprowadzić, aby cieszyć się pięknym wyglądem tej wiosny!**

Wiosenną pielęgnację rozpocznij od naprawy szkód, które wyrządziłaś swojej skórze zimą. Gdy warunki atmosferyczne nie rozpieszczały dbałaś głównie o twarz i dłonie bezpośrednio narażone na działanie zimna, a noszenie grubych swetrów nie motywowało Cię do walki z rozstępami lub cellulitem? Jeśli Twoja odpowiedź jest twierdząca koniecznie sprawdź co zrobić, aby zniwelować niedoskonałości i sprawić, aby Twoja skóra wyglądała kwitnąco na wiosnę.

**Postaw na intensywne nawilżanie**

Solidna dawka nawilżenia i odżywienia to najlepsze co możesz zrobić dla swojej skóry po mroźnych miesiącach, dlatego na początek kuracji regeneracyjnej sięgnij po skoncentrowane produkty jak masła do ciała. Dzięki bogatej, gęstej formule pozostają dłużej na skórze i pomagają w szybszej odbudowie naskórka oraz naprawie warstwy lipidowej. Podobne zadanie spełnią balsamy i olejki – mają lżejszą konsystencję, ale przy ich systematycznym stosowaniu uzyskasz podobne efekty. W przypadku olejków świetnym sposobem jest wmasowanie ich w mokrą skórę zaraz po prysznicu lub dodanie kilku kropel do kąpieli. Zapewni to skórze nawilżenie, bez uczucia lepkości.

– *Skórę po zimie wspaniale ukoi* *pantenol, witamina E czy odżywcze oleje, na przykład z jojoba lub awokado. W przypadku podrażnionej i mocno wysuszonej skóry doskonale sprawdzą się preparaty zawierające emolienty m.in.: olej babassu albo masło shea. Tego typu substancje chronią skórę, natłuszczają ją i pomagają utrzymać jej odpowiedni poziom nawodnienia. Nawilżanie powinno być podstawą pielęgnacji w każdym wieku, a szczególnie ważne jest dla przyszłych mam* – z*większa elastyczność skóry i zapobiega nieprzyjemnemu swędzeniu ciała, spowodowanego rozciąganiem naskórka* – mówi Aneta Stacherek ekspert z firmy Bellamama.

**Chroń skórę przed słońcem**

Czy pamiętasz o stosowaniu filtrów przeciwsłonecznych przez cały rok, nie tylko w czasie wakacji? Regularna i przede wszystkim całoroczna aplikacja preparatów z filtrem to jedna z najlepszych kuracji anti-aging, jaką możesz sobie zafundować! Filtry chronią skórę przed szkodliwym działaniem promieni ultrafioletowych, dzięki czemu opóźniają proces starzenia naskórka, dodatkowo zmniejszają też ryzyko powstawania przebarwień. Postaw na preparaty z faktorem min. SPF 30, a najlepszą ochronę zapewnią Ci te powyżej SPF 50. Pamiętaj, aby nakładać je kilka razy dziennie: praktycznym rozwiązaniem są produkty w sprayu lub mgiełce, które możesz szybko zaaplikować na ciało lub twarz - nawet jeśli masz makijaż. Przebywanie na słońcu poprawia nastrój, jednak zbyt długa ekspozycja na promienie słoneczne nie działa dobrze na skórę. W uzyskaniu efektu zdrowej, subtelnej opalenizny pomocne będą produkty delikatnie brązujące, których efekt możesz stopniować. Na kilka dni przed ich aplikacją zadbaj o odpowiedni poziom nawilżenia skóry, a w dniu aplikowania wykonaj dokładny peeling całego ciała – dzięki temu kosmetyk rozprowadzi się równomiernie, a Ty unikniesz plam i smug.

**Szczotkowanie na cellulit i rozstępy**

Gładka skóra bez rozstępów i cellulitu to marzenie niejednej z nas! Zwłaszcza, gdy temperatura zachęca do noszenia zwiewnych sukienek i szortów. Jeśli jakimś cudem ominęła Cię moda na szczotkowanie ciała – koniecznie spróbuj masażu, który wykonuje się na suchym ciele szczotką z twardym, naturalnym włosiem. Zacznij od stóp i kierując się ku górze, prowadź ruchy szczotki w stronę serca, tak aby pobudzić krążenie i poruszyć limfę zalegającą w organizmie. Ciało można szczotkować codziennie przez około 10-15 minut, uważaj jednak, aby nie naciskać na skórę zbyt mocno i omijać podrażnienia, pieprzyki lub znamiona. Doskonałą alternatywą dla szczotkowania jest masaż specjalną rękawicą z juty, który można wykonać zarówno na sucho lub pod prysznicem z użyciem kosmetyku.

– *Szczotkowanie na sucho czy masaż rękawicą ujędrniają ciało, nadają skórze elastyczność i pomagają niwelować obrzęki. Usuwają też martwy naskórek oraz przygotowują skórę na dalsze zabiegi, zapewniając lepsze wchłanianie się składników aktywnych. W przypadku produktów przeciw rozstępom czy cellulitowi warto rozważyć zakup kosmetyków przeznaczonych dla kobiet w ciąży, nawet jeśli nie spodziewasz się dziecka. Tego typu preparaty są bogate między innymi w roślinne, skuteczne składniki, a dopuszczenie ich do sprzedaży jako kosmetyk dla przyszłych mam świadczy o tym, że są to produkty bezpieczne, które nie powinny podrażniać czy powodować alergii skórnych* – radzi Aneta Stacherek z marki Bellamama.

Wiosna to czas, w którym skóra wymaga odżywienia i przygotowania na sezon letni. Intensywne nawilżanie, ochrona przeciwsłoneczna i regularne masaże ciała z pewnością sprawią, że skóra odwdzięczy Ci się pięknym i zdrowym wyglądem!

**Bellamama** to polska marka specjalizująca się w tworzeniu kosmetyków naturalnych, wegańskich dla kobiet w ciąży oraz po porodzie. Została założona przez Anetę Stacherek, która będąc w ciąży zauważyła, że na rynku brakuje skutecznych produktów z naturalnym, ekologicznym składem bezpiecznym dla mamy i dziecka oraz niedrażniącym zapachem. We współpracy z technologami oraz specjalistami z dziedziny ginekologii i dermatologii stworzyła markę z myślą o mamach pragnących świadomie pielęgnować skórę. Głównymi składnikami kosmetyków Bellamama są oleje oraz ekstrakty roślinne z ekologicznych upraw, bogate w nienasycone kwasy tłuszczowe. Produkty dogłębnie nawilżają skórę, pozostawiając ją jędrną i gładką, a subtelny zapach mandarynki z nutą cytryny, pochodzący z naturalnych olejków eterycznych, sprawia, że ich stosowanie jest bardzo przyjemne. Flagowymi produktami marki są: odżywcze masło do ciała, balsam przeciw rozstępom i cellulitowi oraz ujędrniający i relaksujący olejek. Kosmetyki można nabyć w sklepie internetowym [Bellamama.pl](https://bellamama.pl/) oraz w gabinecie ginekologicznym Dębski Clinic w Warszawie.

**Kontakt dla mediów:**  
Katarzyna Zawadzka   
Tel.: + 48 796 996 240  
E-mail: [katarzyna.zawadzka@goodonepr.pl](about:blank)

Ilona Rutkowska   
Tel.: + 48 796 996 259  
E-mail: ilona.rutkowska[@goodonepr.pl](mailto:jakub.macyszyn@goodonepr.pl)